المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
وكالة التعليم
الإدارة العامة للتوجيه والإرشاد





الدليل الإجرائي لخصائص النمو في المرحلتين المتوسطة والثانوية وتطبيقاتها التربوية

الطبعة الأولى ١٤٣٨ هـ



الدليل الإجرائي لخصائص النمو في المرحلتين المتوسطة والثانوية وتطبيقاتها التربوية



أسماء الأعضاء المشاركين في إعداد الدليل من جهاز الوزارة

م	الاسم	الادارة
١	عبدالله محمد العتيبي	رئيس الفريق
٢	يسرى سالم اليافعي	مساعد رئيس الفريق

أسماء الأعضاء المشاركين في إعداد الدليل من إدارات التعليم مرتبة أبجدياً

م	الاسم	الإدارة
١	أحمد حمد الحارثي	الشرقية
٢	بلقاسم احمد البركاتي	الليث
٣	حنان مهدي الوقداني	الطائف
٤	خلود ثابت الحسامي	جدة
٥	سلمان زاهر الفيفي	جدة
٦	سليمان زاهر الفيفي	مكة
٧	صالح محمد المطلق	الأحساء
٨	ضيف الله سليمان العطوي	تبوك
٩	طلال محمد بكرين	جازان
١٠	عارف بن الأسمر الضلعان	الحدود الشمالية
١١	عائشة ناصر السهلي	ينبع
١٢	عبد الله احمد الصالحي	صبيا
١٣	عبدالرحمن بخيت الزهراني	المدينة المنورة
١٤	العنود زهيان العتيبي	الرياض
١٥	فايزة رابح الشريف	مكة
١٦	فوزية حسن عسيري	عسير
١٧	فوزية ملوح العنزي	الحدود الشمالية
١٨	لينا عبدالرحمن اباحسين	الشرقية
١٩	محمد إبراهيم الشهري	الطائف
٢٠	محمد يحيى الشريف	الطائف
٢١	مريم سلمان الفيفي	صبيا
٢٢	مريم عبد اللطيف الناجم	الاحساء
٢٣	مريم محمد عطيف	جازان
٢٤	ناجي خليف الشايع	الجوف



م	الاسم	الإدارة
٢٥	ناصر عبدالله القريني	الرياض
٢٦	نجلاء فرج الرحيلي	المدينة المنورة
٢٧	نوال سليمان النصيان	القصيم
٢٨	هبة حسن النعيري	الليث
٢٩	هدى عبد اللّه الغامدي	تبوك
٣٠	هناء محمد الكازمي	الجوف
٣١	يحيى صالح مشاري	عسير
٣٢	يوسف مطلب النفيسة	القصيم

م	فريق لجنة التحكيم والمراجعة	
١	ا. يوسف مطلب النفيسة	الرئيس
٢	د.محمود راشد الشديفات	عضو
٣	د.علاء محمد صوالحه	عضو
٤	أ.نجلاء فرج الرحيلي	مقررة




بسم الله الرحمن الرحيم



قال تعالى:

﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَى أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلاً ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنكُم مَّن يُتَوَفَّى وَمِنكُم مَّن يُرَدُّ إِلَى أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِن بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئاً وَتَرَى الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاء اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنبَتَتْ مِن كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ ﴾

سورة الحج(٥)



مقدمة

يرتكز التعامل مع الطلبة في المواقف التعليمية على عدد من الأسس العلمية والمبادئ النفسية النمائية التي توصلت لها دراسات وبحوث علم النفس حول طبيعة المتعلم وخصائص نموه وحاجاته ومشكلاته.

ولا غرو فهو أحد الأسس العامة التي يقوم عليها التعليم في المملكة العربية السعودية حيث نصت سياسة التعليم في (الباب الثاني) في الفقرة رقم (٥٣) على ما يلي: "مسايرة خصائص مراحل النمو النفسي للناشئين في كل مرحلة، ومساعدة الفرد على النمو السوي روحياً وعقلياً وعاطفياً، واجتماعياً..." فمعرفة كيف ينمو الطالب في جميع جوانب شخصيته: (الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية)، تساعدنا في إدراك المواقف والاستجابات الانفعالية الإيجابية والسلبية للطالب وفهم اتجاهاته والتغيرات السلوكية خلال مراحله العمرية، ومن ثم تقديم المعارف والخبرات وبرامج الرعاية التي تساعده على تحقيق نمو شاملٍ متوازنٍ متكاملٍ مما يحقق له جودة الحياة النفسية (الصحة النفسية) وبالتالي يؤدي إلى الاستثمار الأمثل للجهد والوقت والتكلفة والذي سينعكس إيجاباً على الطالب والمجتمع.

ويأتي هذا الدليل الإجرائي للتعرف على نمو طلبة المرحلتين المتوسطة والثانوية (بنين وبنات) والذي يشمل العديد من خصائص النمو وحاجاته ومشكلاته وأبرز التطبيقات الإجرائية على مستوى المدرسة والأسرة، مما يمكن العاملون في المدرسة وأولياء الأمور والطلبة في التعامل معها بفعالية، على أن يُفعّل هذا الدليل طيلة العام الدراسي من خلال الخطة التنفيذية المرفقة بالدليل ملحق رقم (١).

وزُود الدليل ببعض الأفلام القصيرة والأنفوجرافيك لاستخدامها في التوعية حسب الفئة المستهدفة . وقد تم استخدام مصطلح "طلبة" للدلالة على الطلاب والطالبات ومصطلح (طالب) للدلالة على الطالب والطالبة ومصطلح (الابن) للدلالة على الذكر أو الأنثى.

نسأل الله أن يوفق الجهود ويحقق الأهداف المنشودة



المحتويات



الفصل الأول



أهداف برنامج خصائص نمو الطلبة في مراحل التعليم العام

أهداف البرنامج:

١. تبصير المرشدين الطلابيين ومنسوبي المدرسة وأولياء الأمور و الطلبة بخصائص النمو وحاجاتها في كل مرحلة دراسية.

٢. إكساب المرشدين الطلابيين ومنسوبي المدرسة مهارات التعامل مع الطلبة وفق خصائص النمو حسب المرحلة الدراسية.

٣. توعية أولياء الأمور بالأساليب التربوية في التعامل مع أبنائهم وفق خصائص النمو.

٤. تزويد المرشدين الطلابيين بأهم مشكلات النمو واضطراباته في كل مرحلة دراسية وكيفية التعامل معها.

٥. تزويد الطلبة بمهارات التكيف مع خصائص نموهم المختلفة.

المستهدفون:

منسوبو المدرسة / المرشدون الطلابيون / أولياء الأمور / الطلبة.



مصطلحات الدليل

م	المصطلح	التعريف
١	**النمو**	التغيرات المتتابعة في النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والسلوكية والاجتماعية التي تطرأ على الفرد منذ تلقيح البويضة في رحم الأم إلى وفاته .
٢	**مراحل النمو**	تغيرات تطرأ على الفرد بشكل تدريجي تنقله من مرحلة نمائية إلى أخرى. (زهران، ١٤٢٥هـ)
٣	**خصائص النمو**	صفات مميزة تتصف بها كل مرحلة من مراحل النمو. (الزعبي، ٢٠٠١)
٤	**حاجات النمو**	ضرورة ملحة تؤدي إلى توتر الفرد وقلقه وتدفعه إلى القيام بنشاط محدد لإشباع هذه الحاجة فينخفض التوتر ويستعيد توازنه.
٥	**المشكلات**	صعوبات تعترض نمو الفرد ينتج عنها عدم انسجام تصرفاته في جانب أو أكثر مع المألوف في بيئته الاجتماعية ويؤثر على نموه النفسي والاجتماعي. (الشربيني، ١٤٢٣)
٦	**الفترة الحرجة**	الوقت الأمثل لحدوث خصائص نمائية معينة قد يصعب اكتسابها أو تقل كفاءتها في المستقبل. (اخرس، الحاج ، ١٤٢٦)



مجالات النمو

م	المصطلح	التعريف الإجرائي	التوضيح
١	**النمو الجسمي**	تغير في جسم الإنسان كماً وكيفاً. (عقل، ١٤١٩هـ)	- يزداد الطول والوزن. - نمو العظام والعضلات. - حدوث تغيرات متدرجة في أنسجة وأعضاء الجسم. - خشونة الصوت للذكر، ونعومة الصوت للأنثى. - ظهور الشعر في بعض أجزاء الجسم.
٢	**النمو العقلي**	تغيرات في الوظائف العقلية كالتذكر والتفكير والانتباه والتحليل...(عقل، ١٤١٩هـ)	ـ ظهور الوظائف العقلية و المعرفية مثل (الذكاء، القدرات ، والعمليات العقلية العليا ، كالتذكر والتخيل والتفكير و....). ـ تطور طريقة التفكير .



م	المصطلح	التعريف الإجرائي	التوضيح
٣	**النمو الانفعالي**	تغيرات في المنظومة الشعورية واللاشعورية للعواطف والمشاعر والانفعالات . (زهران، ١٤٢٥هـ)	ـ نمو المشاعر المختلفة وظهورها وتطورها مثل (الضحك ، البكاء، الانشراح، البهجة، الحزن السرور، الغضب، الخوف، وغيرها من الانفعالات) ـ القدرة على فهم انفعالاتنا وانفعالات الآخرين .
٤	**النمو الاجتماعي**	تغيرات في منظومة العلاقات الاجتماعية داخل الأسرة وخارجها مع الأقران والمجتمع. (عقل، ١٤١٩هـ)	ـ تغيرات في الدائرة الاجتماعية وتنمو حسب الجنس في الأسرة، والمدرسة، والمجتمع، وجماعة الرفاق والمعايير والأدوار والقيم الاجتماعية .



أهمية دراسة النمو

الأهمية النظرية	١ - معرفة الطبيعة الإنسانية وعلاقة الإنسان بالبيئة التي يعيش فيها. ٢ - التعرف على قوانين النمو والتي يمكن أن يستفيد منها العاملون في مجال التربية وتوجيه الطالب ورعايته اجتماعياً، ونفسياً ٣ - التعرف على السلوك السوي، وغير السوي لكل مرحلة من مراحل النمو.
الأهمية التطبيقية	١ - تزيد من قدرتنا على توعية الآخرين للحكم على العوامل المختلفة التي تؤثر في النمو. ٢ - يمكن قياس مظاهر النمو المختلفة بمقاييس علمية من الناحية النفسية والتربوية.
الأهمية للمرشدين	١ - يعين المرشد الطلابي في جهوده لمساعدة الطالب من خلال برامج التوجيه والإرشاد . ٢ - يؤدي إلى زيادة فهم طبيعة الطالب والاكتشاف المبكر لأي انحراف في سلوكه.
الأهمية للمعلمين	١ - يساعد على معرفة خصائص نمو الطالب، وإدراك الفروق الفردية بين الطلاب. ٢ -تقديم استراتيجيات تدريسية ملائمة لكل مرحلة، بما يتوافق مع خصائص ومطالب النمو.
الأهمية للوالدين	١ - فهم الوالدين لخصائص النمو لأبنائهم يساعد في الارتقاء بمستوى عملية التنشئة الاجتماعية. ٢ - يعين الوالدين على تفهم مراحل النمو والانتقال من مرحلة إلى أخرى.



الفصل الثاني



خصائص النمو لطلبة المرحلتين المتوسطة والثانوية

م	الخاصية
١	النمو الجسمي
٢	النمو العقلي
٣	النمو الانفعالي
٤	النمو الاجتماعي



مقدمة

السمات العامة للمراهقة	تعريف المراهقة	مدخل
ـ المراهقة فترة تحول من الطفولة إلى الرشد وعادة تبدأ في سن ١٢سنة وتنتهي عند العشرين من العمر. ـ النضج الجنسي والجسمي.... يؤدي إلى تغير اتجاهات الفرد نحو الجنس الآخر، كما يؤدي إلى تقبل الذات الجسمية ووظائفها التناسلية. ـ تتضمن مرحلة المراهقة البحث عن الاستقلال الوجداني والاقتصادي.	المراهقة لغة: مشتقة من الفعل رهق بمعنى دنا واقترب أي سيصل إلى الرشد. أما تعريف المراهقة في علم نفس النمو: فهي المرحلة التي تبدأ بالبلوغ وتنتهي بدخول المراهق في مرحلة الرشد (المفدى١٤٢٧هـ).	تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة بينية بين مرحلتين متمايزتين هما الطفولة والرشد من حيث ما يتمتع به الطفل والراشد من مزايا وما عليهما من واجبات، فهي مرحلة الشباب المتدفق بعد الطفولة الوادعة ومرحلة التطورات السريعة التي تطرأ على كيان المراهق كله،جسمياً وعقلياً ونفسياً واجتماعياً، ومرحلة المراهقة بعنفوانها تسبق مرحلة الرشد والنضج حيث الروية والركود بسبب اكتمال النمو، لذلك لابد من التعامل مع المراهقين والمراهقات على أسس علمية مدروسة ويتطلب ذلك جهوداً تربوية مكثفة.



<table>
<tr><th colspan="4">أولاً: النمو الجسمي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">١ـ سرعة وقفزات في النمو</td><td rowspan="2">ـ زيادة سريعة في الطول والوزن ونمو أعضاء الجسم كالذراعين والساقين واتساع الكتفين.
ـ زيادة في حجم اليدين والقدمين وتضخم بعض أجزاء الجسم</td><td>ـ توعية المعلمين بخصائص تلك المرحلة.
ـ توفير الأطعمة الجيدة في المقصف.
ـ تفعيل النشاط الرياضي المخطط من حيث الألعاب الحركية وتنوعها ومناسبتها للسن والجنس.</td><td>ـ تشجيع العادات السليمة كنظافة الجسم والأسنان...الخ.
ـ إظهار التقبل لتغيراته الجسمية.
ـ توفير الاحتياجات التي تناسب تلك التغيرات السريعة (تغيير في المقاسات والأحجام بين فترة وأخرى).
تشجيعه على ممارسة الأنشطة والتمارين الرياضية
ـ تقديم الهدايا المناسبة له والمفضلة لديه.
ـ التوعية بأهمية تناول أكثر من ثلاث وجبات يومياً لتتسجم مع النمو الجسمي .</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ اكتشاف اضطرابات النمو والتأكد من أن النمو يسير بشكل طبيعي (طبياً).[1]
ـ عدم المقارنة بينه وبين الآخرين.
ـ عدم توجيه النقد له بسبب ما قد يعتريه من ارتباك أو السخرية بشخصه أو التجريح وخاصة أمام الآخرين.
ـ إعطاؤه معلومات موثوقة وواقعية غير مبالغ فيها عن التغيرات التي يمر بها وأنها طبيعية وليست خاصة به.
ـ مراعاة الفروق الفردية الجسمية.</td></tr>
</table>

[1] تطبيقات يمكن تنفيذها عن طريق المدرسة وعن طريق الأسرة كذلك .

النمو الجسمي			
الخاصية	**المظهر**	**التطبيقات المدرسية**	**التطبيقات الأسرية**
٢ - يزداد نمو العضلات لاسيما في أخر المرحلة	يهتم بالألعاب الحركية. ـ تزداد قوة العضلات ـ التوافق الحركي.	ـ تشجيع ممارسة الهوايات والنشاط الرياضي المحبب ـ تخطيط وتنظيم المنافسات الشريفة في بعض الألعاب الحركية المتنوعة والمناسبة لسن الطالب. ـ الاستفادة من مرافق المدرسة في الفترة المسائية لممارسة الألعاب الرياضية. ـ التدريب على تقدير وفهم الذات الجسمية.	ـ إشراكه في الأندية الرياضية ومراكز الأحياء. ـ تشجيعه على عمل جدول منظم للرياضة اليومية. ـ تشجيعه على الحركة والنشاط(مثل الذهاب للمدرسة سيراً على الأقدام بدلاً من الذهاب بالسيارة). ـ عدم منعه من ممارسة الهوايات والتمارين الرياضية بدون سبب جوهري.
		ـ مراعاة الفروق الفردية في النشاط الحركي من حيث المظاهر الجسمية. ـ مساعدته على الوعي بالتغيرات التي يمر بها . ـ التشجيع والتعزيز المستمر والتركيز على جوانب القوة . ـ توفير الأطعمة الملائمة لنمو العضلات الغنية بالبروتينات بمقصف المدرسة والمنزل. -تجنب المشاركات الرياضية التي تعتمد على (حمل الأثقال) لاسيما في أول المرحلة . ـ توعيته بخطورة أكل المكملات الغذائية التي تضخم العضلات.	



<table dir="rtl">
<tr><th colspan="4">النمو الجسمي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٣. عدم تناسق أجزاء الجسم</td><td rowspan="2">- الأنف يبدو كبيراً بالنسبة للوجه.
- الوجه غير متناسق.
- الجسم لا يتناسب طولا وعرضاً.
- يفتقد الاتزان الحركي.</td><td>- عدم المقارنة بينه وبين أقرانه.
- تدريبه على تقدير وفهم الذات الجسمية.
- مراعاة أنه قد ينمو جسمياً بينما مازال النمو العقلي أو الانفعالي أو الاجتماعي لم ينضج.</td><td>- استخدام الحوار كأسلوب لمناقشة التغيرات الجسمية.
- إظهار مشاعر الحب والتقبل.
- تقديم الرعاية الطبية للتغيرات غير الطبيعية.
- عدم المبالغة في توقعات الأسرة من القيام بأعمال فوق طاقته.</td></tr>
<tr><td colspan="2">.- عدم السخرية أو التهكم بتغيراته الجسمية أو أطلاق الألقاب السلبية.
- التشجيع والتعزيز المستمر والتركيز على جوانب القوة.
- الابتعاد عن نقده نتيجة لما قد يعتريه من ارتباك أو السخرية بشخصه أو التجريح وخاصة أمام الآخرين.</td></tr>
</table>

النمو الجسمي			
الخاصية	**المظهر**	**التطبيقات المدرسية**	**التطبيقات الأسرية**
٤ - **النمو الجنسي**	ـ ظهور سمات الرجولة لدى الذكور والأنثوية لدى الإناث. ـ بروز العضلات وتوسع المنكبين عند الذكور وتوسع الوركان عند الإناث. ـ بدء الحيض عند الأنثى والاحتلام عند الذكر . ـ تغير الصوت (نعومة الصوت لدى الأنثى وخشونته لدى الذكر) -ظهور الشعر في أجزاء حساسة من الجسم.	-طرح موضوعات توعوية وإرشادية تتعلق بالمسائل الجنسية في المقررات ذات العلاقة كالعلوم والعلوم الشرعية ـ تعريفه بالضوابط الشرعية في التعامل مع الجنس الآخر كغض البصر والابتعاد عن المحرمات. -تشجيعه على ضبط نفسه والتحكم في الرغبات الجنسية وفق القيم الدينية والأخلاقية.	ـ الحوار المبني على الاحترام حول مظاهر البلوغ الجنسي للمراهقين حتى لا يكون هناك شعور بالحرج أو الارتباك أو القلق أو الخجل عندما تطرأ هذه المظاهر . ـ مساعدته لتقبل تغيراته الجديدة. - أن يكون التعامل مبني على الثقة وليس الشكل. ـ إشعاره بأن البلوغ أمر طبيعي بدون مبالغة أو تهويل . ـ تنمية الاعتزاز بالبلوغ الجنسي والاقتراب من الرشد وتقبل التغيرات الفسيولوجية المختلفة.
		ـ تعليمه الأحكام الشرعية الخاصة بالصيام والصلاة والطهارة والاغتسال . -توعيته بشكل (غير مباشر) وبإيجاز عن خطر الإفراط في استخدام التقنية الحديثة. ـ إشغاله بالأنشطة المحببة حتى ينفس طاقته السلبية. -التعامل مع مايعزز تقديره لذاته . ـ -تزويده بمعلومات علمية موثوقة في الجانب الجنسي وتجنب المعلومات المبالغ فيها بهدف التخويف.	



<table>
<tr><th colspan="4">النمو الجسمي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٥. **بثور الشباب (حب الشباب).**</td><td rowspan="2">ـ بثور ذات رؤوس سوداء تظهر على الوجه
ـ تظهر بكثرة على أجزاء متفرقة من الجسم وبشكل خاص الوجه.</td><td>ـ توعيته بأسباب ظهور حب الشباب من خلال المقررات الدراسية ذات العلاقة .</td><td>ـ الكشف الطبي لدى المختصين لتقليل الآثار.
ـ تعويده على تنظيم غذائه وتنوعه.</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ الابتعاد عن نقده نتيجة ما قد يعتريه من قلة نظافة أو استخدام اللثام أو غيره وعدم السخرية بشخصه .
ـ توجيهه بلباقة إلى النظافة اليومية والاستحمام اليومي وبشكل خاص بعد ممارسة الرياضة وبعد الاستيقاظ من النوم.
ـ توعيته بعدم العبث بحبوب الشباب أو استخدام مستحضرات طبية أو غيرها دون استشارة طبية.
-تطمينه بأن حب الشباب أحد خصائص المرحلة وأن ليس له خطورة عليه وقد لا تصيب كل المراهقين وسيختفي مع الوقت .</td></tr>
</table>



<table>
<tr><th colspan="4">النمو الجسمي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٦ - الشعور بالتعب والخمول</td><td rowspan="2">ـ النفور من العمل وقلة النشاط.
ـ شعوره بأنه يستطيع أن يقوم بأي عمل مهما كان صعباً لكنه سرعان ما يكتشف عجزه عن ذلك.
- تناول كميات كبيرة من الطعام.</td><td>ـ اكتشاف الحالات الصحية التي سببها وجود مشاكل صحية في بداية العام الدراسي .</td><td>ـ الكشف الطبي عند الحاجة .وتقديم الرعاية الصحية.
ـ ـ التعويد على النوم العميق من ٦ – ٨ ساعات يومياً و تنظيم وقت النوم .</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ تجنب نقده نتيجة هذه الخاصية أو إطلاق ألقاب سلبية عليه حتى لا يكون عرضة للتنمر من الآخرين.
ـ عدم تكليفه بأعمال أكبر من طاقته.
ـ تفهم أن الشعور بالتعب من سمات تلك المرحلة.
ـ عدم الانفعال من رؤيته خاملاً في كثير من الأوقات .</td></tr>
</table>



<table>
<tr><th colspan="4">ثانياً: النمو العقلي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">١ -نمو الذكاء العام</td><td rowspan="2">ـ يستمر نمو الذكاء حيث يصل إلى حده الأعلى في حدود سن ١٨ سنه.
-يزداد الإدراك والفهم أسرع من المرحلة السابقة</td><td>ـ الإشعار بالاهتمام لقدراته العقلية.
ـ استشارته في إيجاد الحلول للمشكلات المدرسية.
ـ التدريب على مهارات التفكير.
ـ إدراج المعلم والمعلمة مهارات التفكير في الحصة الدراسية وضمن الدرس.
ـ تفعيل مجلس شورى الطلاب.</td><td>ـ المشاركة في مناقشة القضايا الأسرية و إيجاد الحلول البديلة.
ـ النقاش معه بشكل فردي واستخدام أسلوب الحوار.
ـ الانتباه له عندما يطرح أفكاراً جديدة.
-تشجيعه على إيجاد الحلول لمشاكله الخاصة .</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ استخدام الأسئلة المفتوحة والتي لا يوجد لها إجابة محددة (ما رأيك ، كيف) وتقبل الأفكار والحلول غير المألوفة وعدم السخرية منها .
-تزويده بالمعارف والخبرات لما يدور حوله في مختلف جوانب الحياة (مواقف الحياة ، أحداث الكون)</td></tr>
</table>



النمو العقلي			
الخاصية	**المظهر**	**التطبيقات المدرسية**	**التطبيقات الأسرية**
٢ - **ظهور القدرات الخاصة**	ـ تظهر قدراته الخاصة مثل (الفنية والميكانيكية واللغوية والمنطقية والعددية وغيرها). - يتجه اهتمامه المعرفي إلى التركيز على مجال محدد. - تظهر هذه القدرات بعد سن ١٥ سنة تقريباً.	ـ التدريب على مهارات إيجاد الحلول والحلول البديلة واتخاذ القرار. ـ تنويع العرض في الحصة الدراسية بين الأساليب البصرية والسمعية والحسية. ـ التوجيه مهنياً وفق الاهتمامات والقدرات والميول والرغبات. ـ طرح مسابقات متنوعة . ـ تنويع الأنشطة اللاصفية .	ـ المساعدة في استثمار القدرات الخاصة التي يملكها في حل المشكلات داخل المنزل . ـ تشجيعه على القراءة والنمو المعرفي والثقافي لتنمية اهتماماته وقدراته الخاصة. ـ تكوين مكتبة منزلية تحتوي على الكتب المتخصصة والقصص والمجلات العلمية المفيدة وفق اهتماماته. ـ أن لا يكون توجيهه لمجال معين بناء على رغبة الأسرة بل بناء على قدرته ورغبته.
		ـ المساعدة في اكتشاف الاهتمامات والقدرات والميول الخاصة والاستثمار الإيجابي لها وتوجيهه مهنياً بناء عليها. ـ استخدام أسلوب الحوار والنقاش لأفكاره التي يطرحها أو القرارات التي يتخذها. ـ الاستفادة من نتائج المقاييس المطبقة (كمقياس في المرحلة الثانوية والقدرات للموهوبين وغيرها) لتوجيهه المهني .	



<table>
<tr><th colspan="4">النمو العقلي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr>
<td rowspan="2">٣ - نمو التفكير المجرد</td>
<td rowspan="2">ـ يستطيع التفكير بالأشياء غير المحسوسة.
- حل المسائل الرياضية المعقدة .
- التحليل والمثالية للأحداث والمواقف وقد تكون غير واقعية .
- فهم الألغاز .
- التفكير المنطقي</td>
<td>ـ الربط بين المدركات الحسية والخبرة الخاصة ضمن الحصة الدراسية.
ـ إعطاء تمارين للبحث عن حلول ذهنية بدون استخدام الحاسبة والأدوات المساعدة.
ـ المشاركة في إيجاد حلول للمشكلات داخل المدرسة .
- تقديم المعارف المجردة بشكل متدرج .</td>
<td>ـ الربط بين الواقع والخبرات لديه.
ـ توفير القصص والألغاز التي تستثير التفكير المجرد .
ـ استشارته بالأمور الأسرية وإشراكه في اتخاذ القرارات الخاصة بالأسرة .</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="2">ـ تقبل بعض الأفكار الغريبة أو مثالية التي قد يطرحها ومناقشته بأسلوب حواري وعدم السخرية .
ـ استخدام فنيات السؤال التي تشعره بذلك (ما رأيك؟ كيف...؟).</td>
</tr>
</table>



<table>
<tr><th colspan="4">النمو العقلي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٤ -زيادة القدرة على التذكر</td><td rowspan="2">ـ لا تقف قدرته عند الحفظ الآلي.
ـ قدرته على الربط بين الموضوعات التي سبق وأن مرت عليه.</td><td>ـ تدريبه على مهارات التذكر .
-تدريبه على تنشيط الفص الأيمن (الفني) والأيسر من الدماغ (الأكاديمي).
-تدريبه على مهارات الاستذكار ومنها مهارة استخدام خرائط المفاهيم
(الخرائط الذهنية القائمة على الأسهم والصور وتقليص عدد الكلمات)</td><td>ـ مساعدته تنظيم وقته بين الاستذكار والترفيه والاهتمامات الأخرى والنوم.
ـ تشجيعه على المراجعة بعد الانتهاء من استذكار الدرس.
ـ توفير البيئة المناسبة لمساعدته على الحفظ والاستذكار.
ـ عدم مطالبته بالحفظ أكثر من طاقته.</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ تشجيعه على حفظ القرآن الكريم أو أجزاء منه لما له من أثر في تنشيط الذاكرة.
ـ تحقيق الصفاء الذهني للطالب بإيجاد الجو القائم على التقدير والتقبل والاحترام بعيداً عن الشحن والتوتر.</td></tr>
</table>

النمو العقلي			
الخاصية	المظهر	التطبيقات المدرسية	التطبيقات الأسرية
٥ - **زيادة القدرة على الانتباه**	ـ تزداد فترة الانتباه (بالنسبة للوقت). ـ يزداد الانتباه بالنسبة لدرجة صعوبة الموضوع. ـ يستطيع أن ينتبه لموضوعات طويلة ومعقدة. ـ يستطيع أن يشارك الآخرين ألعابهم واهتماماتهم لفترة طويلة. ـ القدرة على إدراك العلاقات بين العناصر واستنتاج العلاقات الجديدة.	ـ التدريب على مهارة التركيز. ـ التنويع أثناء الحصة الدراسية بين الأساليب البصرية والسمعية والحسية. ـ استخدام التعليم التفاعلي والنقاش بدل الإلقاء.	ـ إبقاء ه بعيداً عن المشاكل العائلية والأسرية لتحقيق الصفاء الذهني لهم. ـ عدم تشتيت انتباهه بمهام متباينة ومتعددة في نفس الوقت.



النمو العقلي			
الخاصية	**المظهر**	**التطبيقات المدرسية**	**التطبيقات الأسرية**
٦ - **الاهتمام بالأمور الغيبية والمعتقدات**	-التفكير في القدر والتعمق فيه. -التفكير في ذات الله تعالى وصفاته. (تكون أشد عند الذكور منها عند الإناث)	ـ التوعية بالوسطية والاعتدال ونبذ التطرف والغلو. ـ استخدام أسلوب النصح والإرشاد الوعظي غير المباشر. ـ الطرق العقلانية الانفعالية وتتمثل في إدخال المنطق والعقل للتعرف على الأفكار غير العقلانية بطريقة موجهة مباشرة وغير مباشرة. ـ تفعيل حلقات النقاش والحوار بين الطلاب واستضافة أصحاب العلم في العقيدة وشرحها للطلبة.	ـ متابعته فكرياً. ـ الاهتمام بتنمية وغرس القيم الإيمانية المعتدلة في نفسه حتى ينشأ قادراً على مواجهة التيارات الفكرية والمذهبية ومن ثم يستقيم سلوكه. ـ الدعاء له بالصلاح والاستقامة.
		ـ طرح موضوعات حول الكون والحياة والخَلق بالأدلة حتى يقتنع بها. ـ توجيهه إلى عدم المبالغة في تحليل الأمور. ـ إزالة الشكوك الدينية وإبدالها باليقين من خلال تقوية العقيدة السليمة والقراءة في كتب العقيدة أو حضور دروس أو مشاهدة مواد دينية عن العقيدة السليمة. ـ العمل على تنمية شخصيته المسلمة التي تتسم بالإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله واليوم الآخر والقدر خيره وشره. ـ الإقناع المنطقي ويتم من خلال الحوار والمناقشة وتقبل الرأي الآخر والابتعاد عن الجدال والتعصب.	

<table>
<tr><th colspan="4">ثالثاً: النمو الانفعالي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">١ - الحساسية الانفعالية</td><td rowspan="2">ـ الغضب بسرعة والرضا بسرعة.
ـ الاهتمام بردود أفعال الآخرين.
ـ الشعور بالذنب الشديد عند الخطأ.
-ينفعل ويثور لأتفه الأسباب .</td><td>ـ استخدام فنية التنفيس والتعبير الانفعالي عن طريق اللعب والرسم والتمثيل، والإذاعة المدرسية ..الخ.
ـ تعزيز مبدأ الحوار وإبداء الرأي والمناقشة.
ـ تدريبه على فن التعامل مع الآخرين عن طريق الأنشطة الصفية واللاصفية.</td><td>ـ مراعاة الفروق الفردية بين الأبناء في التعامل.
ـ أن يكون الوالدين نموذجا يحتذى به في التعامل مع أبنائهم ومع الآخرين.
ـ تجنب الخلافات أمام الأبناء.</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ استثمار حساسيته الانفعالية وتوجيهها نحو بعض القضايا الأخلاقية.
ـ عند توجيه النقد له يجب أن يكون النقد موجهاً نحو السلوك الذي قام به، وليس تجاه شخصيته.
-طرح بعض السير الذاتية لرسول صلى الله عليه وسلم أو أصحابه التي تعزز من حدة الانفعالات .
- تقديم النصيحة بشكل مختصر جداً وبشكل غير مباشر (التلميح).
ـ عدم التركيز (التجاهل) لما يقوله من كلمات بصوت خافت (التمتمة) أثناء غضبه حيث أنها وسيلته للتعبير .
ـ عند تنفيذ أسلوب عقابي، ينبغي تجنب رفع الصوت أو اللوم .
ـ التركيز على ايجابياته .</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">النمو الانفعالي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٢ - انخفاض مفهوم الذات</td><td rowspan="2">ـ ينظر إلى نفسه بأنه غير محبوب أو غير كفء أو غير ذكي.
ـ عدم الرضا عن المظهر الشخصي.</td><td>ـ أن ننمي لديه فهم واقعي للذات بحيث يؤدي ذلك إلى تقبل الذات وتقبل الآخرين والتوافق النفسي . مثال (قائد كشفي ، قائد جماعة النظام وغيرها)
ـ إعطاؤه بعض المسؤوليات في الفصل أو الأنشطة والتي تشعره بأهميته كعريف الفصل أو رئيس جماعة النشاط.
ـ الإرشاد العقلاني، وذلك بمناقشة أفكاره السلبية نحو ذاته.
-الاهتمام أكثر بالطلبة من أبناء السجناء والأقليات والأيتام ودعمهم وتحفيزهم .</td><td>ـ إشعاره بالاهتمام والقبول وعدم الرفض والإهمال.
ـ تكرار عبارات أساسية مثل (أنا أُحبك ـ أنا أثق بك)
- تكليفه ببعض المسؤولية في المنزل .</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ توجيهه إلى الأعمال التي يتميز بها ويبدع في أدائها.
ـ تعزيز قدراته ومواهبه وصفاته الحسنة وخصائصه الشخصية، من خلال لعب الأدوار والمسرح المدرسي والأعمال المنزلية.
ـ تقبله والحديث معه وعدم نبذه مهما كانت سلوكياته السلبية .
-التركيز على الجوانب الإيجابية في الشخصية .
- تعزيزه عند ممارسة سلوكيات إيجابية .</td></tr>
</table>



النمو الانفعالي			
الخاصية	**المظهر**	**التطبيقات المدرسية**	**التطبيقات الأسرية**
٣ - **التذبذب الانفعالي**	ـ ينتقل بسرعة من حالة إلى حالة. ـ تقلب السلوك بين سلوك الأطفال وتصرفات الكبار. ـ تقلبات مزاجية.	إشراكه في الأنشطة المدرسية اللاصفية التي تساعد في نمو شخصيته وتعزيز الثقة بالنفس كالمسابقات الرياضية ، الاجتماعية ، الدينية.	ـ توفير المناخ الأسري السوي المليء بالحب والعطف والهدوء والثبات والاتزان والحرية . ـ أن يكون الوالدين المثل الأعلى والقدوة الحسنة في السلوك الانفعالي المتزن. ـ الإنصات إليه وتشجيعه على التعبير عن نفسه حتى وإن كانت مشاعره متضاربة.
		-تحمل تقلباته المزاجية وعدم التركيز عليها. ـ التشجيع وإبراز نواحي القوة والإيجابية لديه. ـ تشجيعه على النجاح وتحمل المسؤولية .	

<table>
<tr><th colspan="4">النمو الانفعالي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٤ - الإحساس بالتفرد</td><td rowspan="2">ـ يعتقد إن ما يحدث للآخرين لا يحدث له (ولهذا نجده يحب المغامرة).
ـ تدوين مذكراته الشخصية.
ـ الشعور بالقوة المطلقة ، والمبالغة في الإنجازات .</td><td>ـ توجيهه نحو الأنشطة اللاصفية التي تساعد على إحلال سلوكيات ايجابية بدلاً من السلوكيات السلبية.</td><td>ـ توجيهه إلى تأمل ما يحدث للآخرين من عواقب لسلوكياتهم السلبية. (الذين هم في نفس عمره)
ـ توعيته إلى أن ما قد يحدث للآخرين سيحدث له إذا توفرت الأسباب .</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ اجعله يضع نفسه مكان الآخرين (يتخيل) حتى تقلل من تأثير التفرد.
ـ أهمية التركيز على نقاط القوة لديه وتحويلها إلى نقاط تميز.
ـ التأكيد أن سنن الله واحدة قد تحدث إذا توفرت الأسباب .</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">النمو الانفعالي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٥ - الاندفاع والحماس</td><td rowspan="2">ـ يريد كل شيء بسرعة .
ـ لا يستطيع أن يتحكم في المظاهر الخارجية لانفعالاته.</td><td>ـ لا يُهدد بالطرد من المدرسة.
ـ الإثراء بالأنشطة الرياضية والفنية المختلفة حتى يختار ما يناسب قدراته ورغباته.
ـ استثمار طاقته لبعض الأعمال والأنشطة داخل المدرسة والتي بدورها تساعد على امتصاص طاقاته وتزيد لديه الشعور بالذات.</td><td>ـ إشعاره دوماً بالمسؤولية ليحقق ذاته .
ـ التقرّب منه واصبر على تصرفاته والاستماع إليه .
ـ تجنب العقاب لأنه قد يثير مشاعر التحدي له .</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ تزويده بمهارات السيطرة على الانفعالات .
ـ الاستفادة من حماسه ودافعيته بالمشاركة في الأنشطة المجتمعية.
ـ تشجيع النشاط الترويحي الموجه ، والقيام بالرحلات والاشتراك في الأندية الرياضية.
ـ تجنب اللوم المستمر أثناء الحوار حيث قد يدفعه إلى العناد والعدوانية.</td></tr>
</table>



<table>
<tr><th colspan="4">النمو الانفعالي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr>
<td rowspan="2">٦ - مخاوف من الحياة المستقبلية</td>
<td rowspan="2">. تحديد المستقبل والتخطيط له.
. عدم إدراكه لملامح المستقبل وأبعاده.
. الخوف من ممارسة مهنة دون معرفة قدراته واتجاهاته وإمكانياته العقلية.</td>
<td>. تفعيل الإرشاد المهني في توعيته بمستقبله من خلال التعرف على إمكاناته الحقيقية.
. الزيارات المهنية للشركات والمؤسسات التعليمية والمهنية للتعرف على القدرات والإمكانات واحتياجات كل مهنة.
. إقامة معارض مهنية.</td>
<td>. زرع الطموح بالتشجيع والمساعدة والحديث عن الإنجاز الايجابي المتوقع منه.
. مساعدته لتخطيط للمستقبل وتحديد الطريق الذي يسير فيه.
. أن تُظهِر الأسرة اهتمامهم بتعلمه .
. تشجيعه على ممارسة بعض الأعمال المهنية في فترة الصيف.
-مساعدته في اختيار التخصص الذي يناسب قدراته وميوله وليس حسب ما ترغبه الأسرة.
. التشجيع على إتقان مهارات مختلفة حسب قدراته (رياضية ، لغات، مهارات، كمبيوتر العلوم... إلخ).</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="2">. طمأنته بأنه قادر على تحمل متطلبات الحياة والتقليل من مخاوفه من الفقر والبطالة.
. التخطيط والتوجيه المهني المبكر (اكتشاف المواهب وتنميتها وتعزيز الميول العلمية والمهنية).
. تشجيع العمل اليدوي كمصدر للرزق والسعادة.
-عرض سير ذاتيه وقصص لناجحين في أعمالهم على مستوى العالم أو على المستوى المحلي .
-توعيته لأهمية بذل الجهد للوصول للهدف المنشود وعدم ترك الأمر للصدفة أو الدعم الاجتماعي من الأقارب .</td>
</tr>
</table>



رابعاً: النمو الاجتماعي			
الخاصية	**المظهر**	**التطبيقات المدرسية**	**التطبيقات الأسرية**
١ -**التمرد على السلطة ومجادلة (الوالدين، المعلمين)**	ـ عناد موجه للوالدين والمعلمين . ـ التعصب للرأي. ـ الرغبة في تجاوز الأنظمة والتحدي.	ـ استخدام أساليب الإرشاد العقلاني ومناقشة أفكاره بهدوء . ـ كسب وده والتواضع له والعدل بينه وبين زملائه، ومشاركته همومه ومشكلاته. ـ إشراكه في الرحلات والمناسبات والزيارات . ـ عدم تخصيص الرحلات المدرسية للطلبة المتميزين فقط بل إشراك بقية الطلبة الذين لديهم سلوكيات سلبية .	ـ معرفة دوافع كل سلوك عن طريق (المعرفة ـ الحوار ـ استشارة متخصص). ـ بناء جسر من الصداقة لنقل الخبرات بلغة الصديق والأخ، هو السبيل الأمثل لتكوين علاقة حميمة بين الآباء وأبنائهم. -استشارته بشكل أساسي في الأمور الأسرية .
		ـ احترام رأيه وإشعاره بالقبول والتقدير الاجتماعي. ـ مراعاة مقاومة السلطة والميل للتمرد والصبر على ذلك . ـ عدم محاولة إثارة مشاعر التحدي لديه بإطلاق ألقاب سلبية أو الحديث الانفعالي معه . - تقبل نقده للعادات السلبية في المجتمع ومناقشته فيه بهدوء.	



<table>
<tr><th colspan="4">النمو الاجتماعي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٢ - الاهتمام بالمظهر العام ولفت انتباه الآخرين</td><td rowspan="2">ـ يعتقد أنه محط أنظار الآخرين.
ـ التأثر بآراء الآخرين عن ملابسه. (الإناث في هذه المرحلة أكثر اهتماماً بمظهرهنّ من الذكور)
-الانفعال عند إبداء أي ملاحظة على شكله الخارجي .</td><td>-التقدير والتعزيز لصاحب اللباس النظيف والمظهر الطيب ووضعها من ضمن معايير التميز السلوكي .
ـ تطبيق قواعد السلوك في حالة المخالفة في اللباس .</td><td>ـ توفير الحاجات الأساسية مثل اللباس المقبول والمناسب.
-الثناء على اهتمامه بمظهره والعناية بنظافته .</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ تحقيق الموازنة بين المعادلة: خلق طيب ـ ثقافة واسعة ـ مظهر لائق.
- عدم السخرية منه أو نقده نتيجة كثرة الاهتمام بمظهره .
ـ التوعية بعدم المبالغة في اللباس أو وجود ملابس عليها عبارات تخالف ديننا وعقيدتنا.</td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="4">النمو الاجتماعي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٣ - السعي لنيل استحسان الآخرين له</td><td rowspan="2">-رغبته أن يكون محبوباً من قبل الآخرين</td><td>- أن يكون الاشتراك في الجماعات أو الأنشطة متاح للجميع ، وعدم التحيز للطلاب المتميزين سلوكياً أو علمياً دون غيرهم .
- تشجيع الطلبة الذين يتحسن مستواهم وإبرازهم .
- فتح المجال للطلبة الذين لديهم رغبة في خدمة مرافق المدرسة وتعزيزهم</td><td>- أن تشعره بأن له دور في محيط أسرته أو مجتمعه المحلي .
- إشعاره أن الأسرة بحاجة إليه .</td></tr>
<tr><td colspan="2">- إشباع رغبته بالثناء والإطراء على إنجازاته .
- عدم اتهامه بالغباء أو الانتقاص من قدراته أو نعته بالسوء والألفاظ السلبية .
- استخدام عبارات تنم عن الاحترام والتقدير (شكرا لك - لو سمحت - بارك الله فيك ...إلخ).
-تجنب استخدام أسلوب التهديد .
- توفير بيئة محيطة به تقوم على المحبة والود وقائمة على الحوار.
- التركيز على الإيجابيات والسلوكيات الحسنة وإبداء الاهتمام والتقدير والتشجيع للممارسات الإيجابية التي يقوم بها.
- إشعاره بأنك تقدره وتحترمه وذلك من خلال الإنصات الجيد واحترام آرائه وأفكاره ومشاعره.
- التعبير عن تقديرك له من خلال التعبير اللفظي مثل (أنا أفهمك - أنا أشعر بك وأحترم مشاعرك - أنا أُقدّر ما تقول).</td></tr>
</table>



<table>
<tr><th colspan="4">النمو الاجتماعي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr>
<td rowspan="2">٤ -الرغبة في الاستقلالية</td>
<td rowspan="2">-يقوم بأعماله بنفسه.
-لا يخبر أحداً عن بعض خصوصياته.
. عدم الرغبة في الخروج مع أسرته في بعض الأوقات .</td>
<td>. تشجيع الأنشطة المدرسية التي تساعد على الاستقلالية مثل تنظيم الإشراف على مرافق المدرسة والطابور الصباحي والمسابقات الرياضية.
-تأسيس مجلس شورى للطلاب في المدرسة .</td>
<td>. مساعدته على تكوين شخصيته بنفسه ورسم صورته بنفسه بما يتوافق مع قدراته الجسمية والعقلية والانفعالية.
-تجنب وضع برامج الالكترونية في أجهزته لمراقبة سلوكه التقني .
. إتباع أسلوب الإقناع في حل مشكلاته بدلاً من فرض الرأي .
. تعليمه مهنة أو مهارة تعطيه الفرصة للبروز أمام المجتمع والاستقلالية.
- تجنب تفتيش أجهزته الشخصية أو مراقبتها .
- تكليفه ببعض الأمور للقيام بها مثل شراء الحاجيات للبيت أو الإشراف على بعض الأعمال الخاصة بالأسرة.
-تشجيعه على الاستقلال المادي وذلك بإعطائه مصروفه بشكل شهري .
. تجنب كثرة السؤال عنه بالاتصال هاتفياً عليه.</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="2">- تجنب طرح أسئلة استجوابيه عند الرغبة في معرفة موقف حدث له أو تصرف قام به .
- مراعاة النصيحة الفعالة عند الرغبة في نصحه وفقاً لما يلي :
١ -غير مباشرة ٢ - مختصرة جداً ٣ -بمفرده ٤ –المحافظة على نبرة صوت مليئة بالود.
. تجنب أن يكون حديثك معه مجرد توجيهات متواصلة .
. عند نقاشه لحل مشكلة وقعت له من الأفضل سؤاله مالذي يمكن عمله بدلاً من سؤاله لماذا حدث .
. الحديث معه كشخص مسئول وواعي. . الاعتماد على أسلوب الإقناع بدلاً من فرض الرأي</td>
</tr>
</table>



<table>
<tr><th colspan="4">النمو الاجتماعي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr>
<td rowspan="2">٥ - الانتماء للأصدقاء ومسايرتهم</td>
<td rowspan="2">ـ الاهتمام برأي الأصدقاء أكثر من الوالدين.
- الرغبة في أن يكون لديه عدد كبير من الأصدقاء.
-يقضي مزيد من الوقت معهم .</td>
<td>ـ تفعيل النشاط المدرسي لإقامة علاقات اجتماعية وإيجابية بينه وبين الطلاب.
-التأكيد على أن البرامج الوقائية ينبغي أن تعد بطريقة علمية غير مباشرة وأن يكون للطالب دور إيجابي في إعدادها وتنفيذها وتقويمها .
ـ تفعيل الإرشاد بالقرين في التوعية .</td>
<td>ـ مساعدته في تحديد الصحبة الصالحة منذ وقت مبكر .
ـ اقتناص الفرص لمقابلة أصدقاءه في جو عفوي تلقائي وعدم الإطالة في ذلك .
-تجنب ذم أصدقائه أو إطلاق ألقاب سلبية عليهم أو التقليل من شأنهم.
-تزويده بالقصص الواقعية وعدم المبالغة فيها لأشخاص يعرفهم وقعوا فريسة أصدقاء السوء
ـ في حالة وجود صديق ذو خلق غير جيد ، فينبغي مناقشته بهدوء وعقلانية في كيفية التخلص منه وعد الاستعجال في ذلك .</td>
</tr>
<tr>
<td colspan="2">-توجيهه لمعيار الصداقة الصالحة وكيفية اختيار الأصدقاء.
-تدريبه على أساليب مقاومة ضغط الأقران في حالة السلوكيات السلبية .
- العمل على إشباع احتياجاته والتي تحققها مجموعة الرفاق كالمغامرة والقيادة والاهتمام والانتماء.</td>
</tr>
</table>



<table>
<tr><th colspan="4">النمو الاجتماعي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٦ - تقليد الآخرين (البحث عن القدوة)</td><td rowspan="2">ـ تقليد شخصيات معينة في
○ الملبس
○ الكلام
○ الشكل
○ السلوك
ـ تقليد المشاهير كالشخصيات الإعلامية أو الرياضية أو الفنية.</td><td>ـ التأكيد على أن لكل فرد شخصيته المستقلة.
ـ تفعيل دور المكتبة ومصادر التعلم وتوفير الكتب والقصص التي تغرس لديه القدوة الحسنة .
ـ التعامل معه تعاملاً إنسانياً يراعى ما حوله من مؤثرات سلبية.
ـ استخدام وسائل الإقناع المختلفة عن طريق الإرشاد العقلاني الانفعالي ومن خلال تقديم القصص والأمثلة لأشخاص مروا بتجارب مشابهة.</td><td>ـ التوجيه مع التعزيز والترغيب دون استخدام العقاب.
ـ أن يكون الوالدان قدوة حسنة لأبنائهم ونموذجاً يُحتذى به.
ـ تكوين مكتبة مصغرة للأسرة تحتوي على القصص والمجلات والكتب التي تغرس القيم الدينية والتربوية والاجتماعية...الخ ، وتشجيع قراءة سير السلف الصالح (الأنبياء والصحابة).</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ عدم السخرية منه وعدم انتقاده بشكل مباشر .
ـ إثارة النقاش حول الشخصيات التي يحبها بهدوء ، بحيث يُوضح له الجانب الإيجابي والسلبي لهذه الشخصيات (تجنب أن يكون الحديث عبارة عن نصائح مباشرة).
ـ إبراز الجوانب الإيجابية في شخصيته وتعزيزه .</td></tr>
</table>



<table>
<tr><th colspan="4">النمو الاجتماعي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">٧ -
الخجل عند مواجهة الراشدين</td><td rowspan="2">-الانسحاب الاجتماعي
-عدم القدرة على المبادرة وتقديم نفسه
-التحدث بصوت منخفض جداً.
-عدم القدرة على التحدث أمام الآخرين.</td><td>. إشراكه في الإذاعة المدرسية من خلال مشاركته في الأنشطة كالإلقاء والتمثيل المسرحي وغيرهما بصورة متدرجة</td><td>. إعطاء مساحة كبيرة للنقاش والحوار، ومراعاة خجله في بعض المواقف الاجتماعية.
. تشجيعه على حضور المناسبات العامة .</td></tr>
<tr><td colspan="2">. التدريب على الكلام والإلقاء بصوت مسموع تدريجياً.
. عدم السخرية منه عند التردد أثناء الكلام.
-إطلاق اللقب أو الكنية المفضلة لديه عند مقابلته .
. تجنب الأسئلة الشخصية التي تتطلب شرحاً مفصلاً (يكتفى أن يكون الحديث عفوياً)
. تدريبه على المواجهة بإسلوب تقليل الحساسية التدريجي أو التحصين التدريجي وعدم استعجال النتائج .</td></tr>
</table>



النمو الاجتماعي			
الخاصية	المظهر	التطبيقات المدرسية	التطبيقات الأسرية
٨ - الرغبة في القيادة	ـ إصدار أوامر لمن هم أصغر منه سناً و يمثل دور المسئول عن المنزل	ـ تكليفه ببعض المسؤوليات كأن يكون مسئولا عن التنظيم والإشراف لبعض الأنشطة المدرسية . ـ تنمية الروح القيادية بإشراكه في الأعمال القيادية كالأنشطة الكشفية .	ـ تدريبه على تحمل جزء من المسؤولية ، مثل شراء الحاجيات ، الإشراف على بعض شؤون المنزل ـ إشعاره بأهميته في الأسرة والمجتمع عموماً ـ ـ إشعاره أنه قدوة لإخوانه .
		ـ تشجيعه على المشاركة في الأنشطة الاجتماعية مثل الأعمال التطوعية. ـ المشاركة في صنع القرار. ـ يجب مساعدته على فهم معنى القيادة الحقيقية و عدم استخدامها كنوع من التسلط.	

النمو الاجتماعي			
الخاصية	المظهر	التطبيقات المدرسية	التطبيقات الأسرية
٩ - الاعتزاز بانتمائه القبلي أوالمناطقي أوالرياضي	-العصبية القبلية. -ازدراء الآخرين وانتقاصهم وتجاهلهم. -كتابة عبارات وأرقام رمزية عن قبائلهم داخل الفصول وعلى كتبهم.	ـ تعزيز قيم التسامح في المحيط المدرسي والعمل على تنمية التربية الاجتماعية. ـ تفعيل اليوم الوطني وذلك بإقامة الندوات والمحاضرات التي ترسخ حب الوطن . ـ عدم التفريق في التعامل مع الطلبة بناء على انتمائهم . ـ إشراك الطلبة في طمس العبارات التي تزدري الآخرين من جدران المدرسة ومرافقها .	ـ عدم إثارة النعرات أمام الأبناء في المجالس وزرع التعصب القبلي. ـ أن يكون الوالدين قدوة حسنة يُحتذى بهما. ـ تجنب ترديد القصائد والأشعار والأمثال التي فيها انتقاص للآخرين .
		ـ غرس القيم التربوية التي تُبنى على قيم التعاون والمشاركة والمنافسة الشريفة والتسامح والإيثار. -التأكيد على أنه لا ينبغي أن يترتب على الاعتزاز بالقبيلة أو المنطقة إضراراً بالآخرين أوالانتقاص منهم . ـ غرس مبدأ حب الوطن والانتماء الحقيقي. ـ تعزيز مبدأ إن أكرمكم عند الله أتقاكم . ـ استخدام أسلوب الإرشاد الديني والأخلاقي الذي يحث على نبذ كافة أنواع التعصب . ـ التوضيح أن المجتمع يقوم على الإنسان من خلال سلوكه وليس الاعتماد على عرقه أو جنسيته.	



<table>
<tr><th colspan="4">النمو الاجتماعي</th></tr>
<tr><th>الخاصية</th><th>المظهر</th><th>التطبيقات المدرسية</th><th>التطبيقات الأسرية</th></tr>
<tr><td rowspan="2">١٠ - التذبذب في الالتزام الديني</td><td rowspan="2">ـ الإقبال على الدين تارة والبعد عنه تارة أخرى.
ـ الالتزام بأداء الصلاة ثم التهاون فيها .</td><td>ـ تنمية الجانب الديني والروحي من خلال تنظيم مسابقات حفظ القرآن الكريم والأحاديث النبوية الشريفة.</td><td>ـ أهمية تمثل أفراد الأسرة بالقدوة الحسنة في التزامها بتعاليم الدين .
ـ الحرص على أن تكون التربية في الأسرة تربية إسلامية متينة بالإقناع والحوار.</td></tr>
<tr><td colspan="2">ـ تشجيعه على الاشتراك في الأنشطة والمسابقات الدينية،
ـ تجنب عدم السخرية منه في شكل الخارجي أو إطلاق ألقاب سلبية .
ـ حثه على اختيار الصحبة الصالحة والابتعاد عن رفقاء السوء.</td></tr>
</table>



حاجات الطلبة في المرحلتين المتوسطة والثانوية

م	الحاجة
١	الحاجة إلى الحب والقبول
٢	الحاجة إلى الأمن
٣	الحاجة إلى الانتماء والرفقة
٤	الحاجة إلى الاحترام والتقدير
٥	الحاجة إلى إشباع الدوافع الجنسية
٦	الحاجة إلى الإنجاز والإبداع
٧	الحاجة إلى الاستقلال



الحاجة	التطبيقات التربوية
١ -الحاجة إلى الحب والقبول	ـ استثمار طاقته بالمفيد من خلال تفعيل الأنشطة المدرسية المنمية للهوايات الرياضية والفنية وغيرها . ـ إشباع حاجته للحب والحنان العائلي وإظهارها (تقبيله ـ عناقه) ـ إبراز مميزاته وقدراته ومواهبه ومدحه والثناء عليه. ـ زرع الثقة والحديث معه، ومن العبارات المناسبة قول (نحن فخورون بك). ـ تقبله بلا شروط أو قيود حتى في ظل وجود سلوكيات سلبية . ـ الاستماع له جيداَ وفهمه واحترامه والاعتزاز بآرائه. ـ الابتعاد عن نقده أو السخرية بشخصه والتجريح وخاصة أمام الآخرين. ـ مخاطبته بالكلمات الطيبة وبالكنية أو اللقب المحبب إليه. ـ تجاهل بعض السلوكيات غير المرغوبة والتغاضي عنها أحياناً. -تشجيعه على الأعمال التطوعية مما يشعره بالإنجاز وحب الآخرين وقبولهم له.



التطبيقات التربوية	الحاجة
ـ تبصيره بخصائص النمو الجسمي لتبديد المخاوف النفسية من التغيرات والاضطرابات الجسدية. ـ مساعدته في اكتساب مهارات التخطيط للمستقبل (الإرشاد المهني). ـ تحقيق الأمان النفسي والاستقرار الأسري بإبعاد الأبناء عن المشاكل الأسرية. ـ تدريبه ليكون واقعيا في أحلامه وآماله المستقبلية من حيث مناسبتها لإمكانياته وقدراته وميوله ورغباته. ـ العدل في المعاملة. ـ طمأنته بأنه قادر على تحمل متطلبات الحياة والتقليل من مخاوف الفقر والبطالة. ـ توفير حاجاته الأساسية من الغذاء الصحي . ـ بناء علاقات إيجابية قائمة على التقبل والتقدير. ـ التجاهل والتغافل عن بعض الأخطاء والزلات العفوية.	٢ -الحاجة إلى الأمن



الحاجة	التطبيقات التربوية
٣ -الحاجة إلى الانتماء والرفقة	. تفعيل الأنشطة المدرسية الهادفة التي تبث روح الجماعة والتعاون الجماعي كالنشاط (الاجتماعي ، الثقافي ، الفني الكشفي ، المهني ، العلمي والرياضي). . إكرام أصدقاء الابن وتقبلهم وعدم ذمهم أو التقليل من شأنهم . . توطيد العلاقات مع أسر أصحاب الابن بتبادل الزيارات وحضور المناسبات . بقدر الإمكان . . . تربيته منذ صغره على الاستقلال والثقة بالنفس؛ حتى يكون واعيا عندما يتعامل مع أصدقائه. . إشراكه بالأنشطة الاجتماعية الهادفة: كنادي الحي، والمراكز الصيفية. . تعويد الأبناء على صلة الرحم والبر والإحسان للجيران والأقارب وإكرام الضيوف. . غرس القيم والمبادئ الاجتماعية المثلى (آداب الحوار، صلة الرحم، الإحسان للجار والأقارب، إكرام الضيف.....الخ) . توجيهه لأهمية الصداقة وكيفية اختيار الصديق الأمين. . التشجيع على الأعمال التطوعية كي يشعر بالانتماء لها ويكوِّن رفقة خيرة من خلالها..



التطبيقات التربوية	الحاجة
ـ تقدير أي جهد يبذله ونبين له أهمية هذا الجهد في حياته وحياة الآخرين (حضوره للمدرسة، إحضاره لأدوات المدرسة، عدم إزعاجه في الفصل، نظافته، مشاركته لزملائه في عمل ما....الخ. ـ عدم تهديده بالطرد من المدرسة. ـ تطبيق قواعد السلوك والمواظبة بدون رفع الصوت أو اللوم . ـ استشارته واستخدام فنيات السؤال التي تشعره بذلك (ما رأيك؟ ألا ترى...؟). ـ الابتعاد عن الألفاظ الاستفزازية وتجنب التوبيخ.(تجنب استخدام أسلوب الإهانة إطلاقاً خاصة أمام الآخرين). ـ تعزيز مفهوم الذات الايجابية . ـ إظهار مشاعر الاحترام والتقدير له والحديث معه كراشد مسئول . ـ احترام رغباته وهواياته وعدم السخرية منه .	٤ -الحاجة إلى الاحترام والتقدير



الحاجة	التطبيقات التربوية
٥ -الحاجة إلى إشباع الدوافع الجنسية	ـ توجيهه وإرشاده بما يكفل ضمان تجنب تحول العلاقة العاطفية بين أفراد الجنس الواحد إلى نشاط جنسي غير سوي. -التأكيد على عدم التردد في إيضاح الجوانب الجنسية بالحوار والمناقشة متى ما سنحت الفرصة . ـ تجنيبه المثيرات الجنسية أو الحديث أمامه عنها . ـ التغاضي عن التصرفات التي قد تحدث منه بشكل عفوي وتجاهلها. ـ احترام خصوصيته بعدم تفتيش ممتلكاته الخاصة أو غرفته بهدف حمايته من المؤثرات الجنسية. ـ المتابعة غير المباشرة عند لعب المراهق مع من هو اصغر منه سناً من الأطفال . ـ ترشيد وقت الفراغ باستثمار طاقته في أوجه النشاطات الرياضيّة والثقافية والاجتماعية والدينية كـ (الرياضة ـ الصيام ـ القراءة الموجهة ـ صلة الرحم) . ـ تزويده بالمعلومات الصحيحة الموثوقة الواقعية عن الحياة الجنسية التي تحدث له دون مبالغة أو تهويل. ـ نشر ثقافة تقبل الجنس الآخر وأهمية التعامل بالحسنى معه وضمن الحدود الشرعية. ـ سرد القصص المفيدة في هذا المجال كما في قصة يوسف عليه السلام. ـ تنمية الميول والاهتمامات الأدبية والعلمية والفنية والرياضية لتوجيه طاقته إيجابياً.



الحاجة	التطبيقات التربوية
٦ -الحاجة إلى الإنجاز والإبداع	ـ حثه على الاكتشاف والتجريب بأسلوب علمي منظم من خلال المقررات الدراسية ذات العلاقة . ـ عرض انجازات الطلبة المميزة وإبرازها. ـ تكريم الطلبة في كافة مجالات الإبداع وليس في الجانب التحصيلي فقط . ـ تحفيزه بالكلمات المشجعة و المعززة للثقة بالنفس لدفعه إلى المزيد من الانجاز والنجاح ومن هذه الكلمات (نحن فخورون بك، نحن نثق بقدراتك). ـ سرد قصص الأقارب الذين يعرفهم وحققوا إنجازات . ـ عدم تردد الأسرة في شراء احتياجات تنمية موهبته. ـ الاهتمام بمواهبه واهتماماته وتوجيهها الوجهة الصحيحة. ـ إلحاق المبدعين بالمؤسسات المعنية برعاية الموهبة والإبداع وعدم التردد في ذلك وخاصة من الأسرة.



الحاجة	التطبيقات التربوية
٧ -الحاجة إلى الاستقلال	ـ توفير الأنشطة الفردية التي تساعده على تحقيق ذاته والتعبير عن آرائه، وأفكاره. ـ تفعيل المجالس الطلابية في المدارس . -التريث وعدم الاستعجال في استدعاء ولي الأمر عند حدوث موقف ما داخل المدرسة . ـ إعطاء الطالب بعض المسؤوليات القيادية في الجماعات المدرسية . ـ احترام ميل المراهق ورغبته في الاستقلال دون إهمال رعايته وتوجيهه مع توفير الأمور المساعدة في ذلك. ـ إتاحة الفرصة بعد المناقشة أن يأخذ هو القرار في أي موضوع، هو مقتنع به شريطة عدم حدوث أضرار عليه . -إعطاءه مصروفه بشكل شهري. ـ تشجيعه على الموازنة بين الحاجة إلى الاستقلال واحترام الضوابط الاجتماعية والقيم الأخلاقية.



أبرز المشكلات لطلبة المرحلتين المتوسطة والثانوية وكيفية التعامل معها

م	المشكلة
١	أزمة الهوية
٢	القلق من المستقبل
٣	الخوف الاجتماعي
٤	العنف
٥	المشكلة الجنسية
٦	تعاطي التدخين أو المخدرات

المشكلة	التعريف	التدخلات التربوية
١ -أزمة الهوية	شعور المراهق بأنه ليس لديه شخصية محددة تميزه عن الآخرين نتيجة التغيرات المتسارعة في نموه مما يؤثر على قيامه بدوره المألوف نفسياً واجتماعياً.	ـ تدريبه على مهارات السلوك التوكيدي. ـ عدم اقتران العقوبات المدرسية بالإهانة. ـ الاهتمام أكثر بالطلبة الأيتام والفقراء ومن الأسر المفككة . ـ وضع مفردات محددة عن (سير قدوات) من الصحابة والعلماء في المقررات الدراسية ذات العلاقة ـ تشجيعه على القيام بأدوار مناسبة لجنسهم ـ إشراكه في أعمال قيادية بالمنزل واستشارته بالأمور الأسرية الأخرى. ـ تشجيعه على تكوين صداقات وعلاقات إيجابية. ـ التعامل مع المراهق بحسب سنه ومراعاة تغيراته الجسمية .[٢] ـ تكليفه بمسؤوليات وفق الإمكانات والمهارات التي يمتلكها. ـ إعطاؤه استقلالية في اتخاذ القرار. ـ التدريب على مهارات الحوار والاتصال الفعال. ـ التحفيز والمكافأة على الإنجاز. ـ تقبله كما هو مهما كانت سلوكياته السلبية .



المشكلة	التعريف	التدخلات التربوية
٢ -القلق من المستقبل	الشعور بعدم الثقة بالمستقبل .	ـ إبراز سير الناجحين والشخصيات المؤثرة في المجتمع وعلى مر التاريخ. ـ الزيارات المخططة لبعض الجهات المختصة بما ينسجم مع الميول والاتجاهات. ـ تقبل الطالب وإعطاؤه الشعور بالطمأنينة . ـ الاشتراك في برامج مهنية وتطوعية وفقا لإمكاناته. ـ تشجيعه على الاشتراك في الأنشطة الترويحية التي تقام بالحي . ـ مساعدته في اختيار التخصص المناسب بناء على قدراته وليس بناء على رغبة الأهل . ـ مساعدته في تحديد أهدافه . ـ توعيته بأهمية بذل الجهد لتحقيق أهدافه وعدم الركون لشفاعة الآخرين.



المشكلة	التعريف	التدخلات التربوية
٣ - **الخوف الاجتماعي**	خوف غير مقبول عند مواجهة الآخرين والتعامل معهم أو التحدث إليهم.	ـ حثه على المشاركة بالأنشطة الجماعية بالمدرسة أو الإذاعة المدرسية . ـ إشعاره بالأمن وعدم تهديده من قبل منسوبي المدرسة. تشجيع الطالب في التغلب على مشكلة الخوف الاجتماعي تدريجياً من خلال إلقاء كلمة في الفصل ثم المشاركة في الإذاعة الصباحية وهكذا. ـ اصطحابه في المناسبات الاجتماعية. ـ الالتحاق ببرامج تنمية الهوايات وممارسة الرياضة بأندية الحي. ـ التشجيع على بناء علاقات وصداقات اجتماعية سليمة . ـ عدم السخرية أو التهكم به .



المشكلة	التعريف	التدخلات التربوية
٤ - **العنف**	ممارسة القوة ضد النفس أو الغير عن قصد ويصاحبها إلحاق الأذى أو الضرر المادي وغير المادي .	ـ الابتعاد عن اللوم المستمر وتذكيره بالأخطاء الماضية. ـ استثمار وقت فراغ الطلاب إيجابياً. ـ التعويد على التنافس الشريف مع الآخرين. ـ إتاحة فرص التعبير الشفهي كتفعيل صناديق الاقتراحات ووضع لوحات في أماكن معينة لكتابة الخواطر...الخ. ـ تفعيل برنامج رفق الإرشادي بآلياته الوقائية على مستوى المدرسة والطلبة وأولياء الأمور . ـ عدم تقييد حرية الابن في ممارسة هواياته. ـ زرع اتجاه سلبي نحو العنف وعدم النظر إليه كدليل للرجولة والشجاعة . ـ الابتعاد عن التدليل الزائد والتراخي في التربية الأسرية. ـ تشجيعه على عدم مشاهدة أفلام العنف . ـ تشجيعه على التعبير اللفظي عن انفعالاته بدلاً من الجسدي بأسلوب لائق . ـ عدم ممارسة العنف من قبل الوالدين والمربين . ـ البعد عن تعزيز كافة أشكال التعصب سواء قبلي أو مناطقي أو رياضي .



المشكلة	التعريف	التدخلات المدرسية	التدخلات الأسرية
٥ - **المشكلة الجنسية**	استحواذ التفكير الجنسي على معظم وقت المراهق	ـ تقديم معلومات دينية وعلمية كافيه وشاملة ـ إعطاؤه معلومات موثوقة واقعية غير مبالغ فيها. ـ التعامل بسرية وبهدوء عند وقوع مشكلة أخلاقية . سرد القصص المفيدة ذات العلاقة (كقصة يوسف عليه السلام). تشجيعه على ممارسات الأعمال النافعة (كالأعمال التطوعية وممارسة الرياضة وصلة الرحم). ـ تجنيبه المثيرات أو الحديث أمامه عنها. ـ عدم تفتيش ممتلكاته الخاصة كالأجهزة ونحوها . توعيته بخطورة التقنية ووسائل التواصل الاجتماعي بطريقة غير مباشرة	

<table>
<tr><th>المشكلة</th><th>التعريف</th><th>التدخلات المدرسية</th><th>التدخلات الأسرية</th></tr>
<tr><td>٦ - تعاطي التدخين أو تعاطي المخدرات</td><td>تعاطي الطلبة للتدخين أو تعاطي المواد المحظورة شرعياً وطبياً وأمنياً .</td><td colspan="2">ـ التدريب على قول كلمة (لا) في حال شجعه أقرانه على سلوك سلبي .
ـ تقبل المدخنين أو المتعاطين واصطحابهم في زيارات للجهات المختصة بمكافحة التدخين أو المخدرات.
ـ بيان أضرار التعاطي (التدخين أو المخدرات) بأسلوب علمي وتجنب المبالغة بهدف التخويف الشديد.
ـ التركيز في التوعية على أسئلة مثل (ما رأيك؟ ألا ترى؟)
ـ استضافة المحببين للشباب من دعاة ولاعبين ومشاهير يتميزون بالخلق الحسن .
ـ تجنب إقامة معارض التدخين أو المخدرات التي تعتمد على نشر صور مخيفة جداً ، حيث أن مثل هذه الصور قد لا يصدقها الطالب .
ـ التركيز على القصص الواقعية لمخاطر التعاطي .
ـ تجنب استضافة ما يسمى بالمدمن التائب في برامج التوعية .
ـ ممارسة الأنشطة في الحي لإشغال وقت الفراغ بالمفيد.
ـ تقبله وعدم نبذه مهما كان سلوكه.
ـ إقناعه بخطورة التدخين والمخدرات وعدم عقابه أو السخرية منه .
ـ عدم تفتيش غرفته أو ملابسه .
ـ الهدوء في التعامل مع المتعاطي وعدم الانفعال .
ـ تجنب الإكثار من تحذيره من أصدقاء السوء .</td></tr>
</table>



الملاحق



ملحق رقم (١) الخطة التنفيذية للمدرسة[٣]

م	الأهداف	الإجراءات	وقت التنفيذ	مسئول التنفيذ	شواهد الانجاز	مؤشرات الانجاز
١	**تبصير منسوبي المدرسة بخصائص نمو الطلبة وأساليب التعامل معها .**	١- وضع خطة للبرنامج ضمن خطة المرشد الطلابي.	بداية العام الدراسي	المرشد الطلابي	نموذج الخطة	خطة تشمل : (منسوبو المدرسة ، أولياء الأمور، الطلبة)
		٢ - تزويد منسوبي المدرسة بنسخ الكترونية من الدليل	الأسبوع الأول الفصل الأول	المرشد الطلابي	- نسخة من الدليل - إحصائيات التوزيع	- استهداف جميع منسوبي المدرسة

[٣] ينبغي الاستفادة من الأفلام القصيرة والانفوجرافيك المرفقة في التوعية .



		٣. عقد لقاءات في أساليب التعامل وفق خصائص النمو	الأسبوع الرابع الفصل الأول	المرشد الطلابي	. تقرير	. لقاء واحد على الأقل في كل عام دراسي.
		٤ - إبراز اللوحات التوعوية (انفو جرافيك) في غرف المعلمين	طوال العام	المرشد الطلابي\ إدارة المدرسة	-نماذج من اللوحات	-إبراز ثلاث لوحات توعوية متنوعة في كل غرفة من غرف المعلمين.



م	الأهداف	الإجراءات	وقت التنفيذ	مسئول التنفيذ	شواهد الانجاز	مؤشرات الانجاز
٢	**توعية أولياء الأمور بخصائص نمو الطلبة وأساليب التعامل معها**	١ ـ إعداد نشرات (انفو جرافيك) توعوية .	طوال العام	المرشد الطلابي / إدارة المدرسة	ـ نماذج من النشرات	ـ استهداف (٨٠٪) على الأقل من أولياء الأمور بنشرة (انفو جرافيك) واحدة في كل فصل دراسي .
		٢ـ١ استثمار وسائل التقنية وقنوات التواصل الاجتماعي في بث رسائل توعوية	طوال العام	المرشد الطلابي / إدارة المدرسة	ـ نماذج	ـ استهداف (٨٠٪) من أولياء الأمور بثلاث رسائل في كل فصل دراسي .
		٣ ـ استثمار الإشعارات الشهرية أو مذكرة الواجبات في تدوين رسائل توعوية .	طوال العام	المرشد الطلابي / إدارة المدرسة	ـ تقرير	ـ استهداف جميع أولياء الأمور .



م	الأهداف	الإجراءات	وقت التنفيذ	مسئول التنفيذ	شواهد الانجاز	مؤشرات الانجاز
٣	**تزويد الطلبة بخصائص نموهم ومهارات التكيف معها**	١ـ استثمار الشاشات الالكترونية داخل المدارس أو الإذاعة الصباحية في بث رسائل توعوية .	طوال العام	المرشد الطلابي / إدارة المدرسة	نماذج	ـ بث ابرز عشر رسائل توعوية مختارة عبر الشاشات الالكترونية أو الإذاعة الصباحية في كل فصل دراسي .
		٢ـ إقامة ندوة أو لقاء (من خلال المختصين من داخل المدرسة أو خارجها)	الأسبوع الثاني (الفصل الدراسي الثاني)	المرشد الطلابي / إدارة المدرسة/ رائد النشاط	تقرير	ـ استهداف جميع الطلبة.
		٣ـ استثمار موضوعات المناهج الدراسية ذات العلاقة بالنمو (العلوم الشرعية ، العلوم، الدراسات النفسية والاجتماعية)	طوال العام	المعلمون	ـ نماذج من الموضوعات ذات العلاقة	ـ عدد الموضوعات ذات العلاقة بالنمو التي تم تفعيلها في المواد الدراسية المختلفة .



	الأهداف	الإجراءات	وقت التنفيذ	مسئول التنفيذ	شواهد الانجاز	مؤشرات الانجاز
		٤. عقد إرشاد جمعي أو فردي للطلبة الذين لديهم صعوبة في التكيف	طوال العام	المرشد الطلابي	- تقرير - إحصائية الطلبة	- عدد الطلبة الذين قدم لهم إرشاد جمعي أو فردي . - عدد جلسات الإرشاد الفردي أو الجمعي .
		٥ - عقد دورات تدريبية للطلبة	الأسبوع السابع من كل فصل دراسي	المرشد الطلابي رائد النشاط	- تقرير	دورة تدريبية واحدة على الأقل في كل فصل دراسي .



ملحق رقم (٢) العوامل المؤثرة في النمو : يتأثر النمو الإنساني بمجموعة من العوامل أهمها:

العامل	أثره على النمو
أولاً: الوراثة : هي العملية التي يتم من خلالها نقل الخصائص أو السمات من جيل إلى جيل عن طريق الجينات مثال :(شكل الجسم وطوله – ملامح الوجه ـ لون العينين – شكل الشعر ولونه...الخ).	في كل خلية من جسم الإنسان نواه وداخلها مجموعة من الصفات تحمل كل واحده منها آلاف من الموروثات التي تشكل للفرد صفاته الموروثة وتحددها ، حيث انه لايوجد في العالم شخصان لهما تنظيم متشابه من الموروثات عدا التوائم المتطابقة .ويمكننا الوقوف على دور الوراثة في النمو من جانبين : **مباشر** ١. وراثة الخصائص الجسدية (كالطول القصر). ٢. تقرير الخصائص الفسيولوجية (كضغط الدم مع معدلات النبض). ٣. تحدد الإمكانات العقلية للفرد. ٤. وراثة الأمراض:(السكري، الضغط الدم، عمى الألوان). **غير مباشر** ١. تلعب الوراثة دور غير مباشر في النمو الانفعالي والاجتماعي للفرد ، وفي تحديد بعض سماته الشخصية وللبيئة دورٌ هامٌ مع الوراثة في تشكيل هذه السمات.



العامل	العوامل البيئية
ثانياً: البيئة : كل العوامل الداخلية و الخارجية التي يتفاعل معها الفرد منذ بدء الحياة حتى نهاية العمر، وتتقسم إلى :	١ - العوامل البيئية ما قبل الولادة وهي التي تؤثر على الأم الحامل أثناء فترة الحمل. ٢ -العوامل البيئية بعد الولادة هي التي تؤثر على الإنسان بعد الولادة وحتى نهاية العمر .

١: المؤثرات البيئية ما قبل الولادة (أثناء فترة الحمل)	
العامل	**أثره في النمو**
سوء التغذية للأم الحامل	-ولادة أطفال يعانون من فقر الدم - تشوهات. -يعيق انقسام خلايا المخ. -يعيق النمو الطبيعي للجنين. -ولادة أطفال أقل من الوزن الطبيعي
إصابة الأم بالمرض أثناء فترة الحمل	-خلل في نمو الجنين. -إصابة الأم الحامل بالحصبة الألمانية أثناء فترة الحمل يؤدي إلى إصابة الجنين بتشوهات.



	- إعاقات (سمعية ، بصرية ، عقلية) للجنين.
تناول الأم الحامل بعض العقاقير والتعرض للأشعة.	-تؤثر في حركة تنفس الجنين ودورته الدموية ويؤدي ذلك إلى حدوث تشوهات له. -التعرض الأشعة السينية قد تسبب تشوهات خلقية – ضعف عقلي – فقدان البصر للجنين.
عمر الأم عند الحمل.	- أكدت معظم الدراسات أن المواليد الذين يولدون من أمهات كبيرات في السن معرضون للضعف العقلي - التشوهات.
تدخين الأم الحامل	-يبطئ من تدفق الدم إلى الحبل السري. -يؤثر على الأوعية الدموية. -ولادة أطفال أقل من الوزن الطبيعي.
الحالة النفسية للأم أثناء فترة الحمل.	-الأطفال المولودين من أمهات مضطربات انفعالياً يكونوا أقل وزناً– أكثر توتراً . - قلق الأم وتوترها أثناء الحمل يسبب متاعب للجنين في النوم - الأكل.



٢: المؤثرات البيئية ما بعد الولادة:	
العامل	**أثره في النمو**
الأمراض والحوادث التي قد يتعرض لها الفرد	-لها تأثير مباشر مثل: عندما يعطل المرض أو حادث عضواً له أهميته في النمو. فالإصابة بمرض أو حادث قد يؤدي إلى شلل حركي. -التأثير غير المباشر مثل إصابة الطفل بحروق تشوه وجه الطفل قد يؤثر في نظرته لنفسه وبالتالي يتأثر نموه النفسي والاجتماعي.
أسلوب التنشئة الاجتماعية	أساليب التنشئة الاجتماعية التي يتلقاها الأبناء من الآباء ذات علاقة وطيدة بما تكون عليه شخصياتهم/ سلوكهم/ نموهم النفسي والاجتماعي/ العقلي. فمثلاً الإفراط في الحماية يؤدي إلى انعدام مشاعر الأمن/ نمو الخوف الاجتماعي كذلك الإهمال واللامبالاة يؤدي إلى ضعف الرقابة الداخلية/ عدم الثقة بالنفس.
نمط شخصية الوالدين	نمط شخصية الآباء وبناؤهم النفسي يؤثر في النمو النفسي و الاجتماعي للطفل و بناء شخصيته فكثيرا من الأنماط السلوكية و الانفعالية يكتسبها الطفل من أبويه من خلال عمليات التعلم و التقليد و المحاكاة.
غياب الوالدين أو أحدهما	١ -يحرم الأبناء من النموذج الذي يقتدون به. ٢ -يحرم الأبناء من تعلم القيم والسلوكيات المرغوبة التي توجه سلوكهم. ٣ -تضعف الرقابة الخارجية والداخلية لدى الأبناء.
الوضع الاقتصادي و التعليمي للأسرة	١ -الأسرة ذات الدخل المرتفع تقدم الرعاية المتكاملة و تلبي احتياجات الأبناء الأساسية من كساء و غذاء. ٢ -الأسرة ذات الدخل الاقتصادي المنخفض لا تستطيع تلبية احتياجات أبنائها الأساسية مما يؤثر في عملية النمو. ٣ -أسلوب التنشئة الذي ينتهجه الوالدان ذو المستوى التعليمي العالي يختلف عن الوالدين ذو التعليم البسيط إذ يركز كل منهما على جوانب مختلفة مما يؤثر على جوانب النمو عند أطفالهم.



العامل	أثره في النمو
عمر الوالدين	١ -ينعكس تأثير عمر الأبوين على نمو الأبناء . ٢ -الأبوان الشابان يكون تركيزهما على كافة جوانب النمو و بالذات الجانب التحصيلي المعرفي . ٣ -الأبوان الكبيران في السن تركيزهما أكبر على الجانب العاطفي و الجانب الاجتماعي.
وسائل الإعلام المرئية وغير المرئية	-تلعب وسائل الإعلام على مختلف أنواعها دورا أساسيا في تشكيل سلوك الأفراد وذلك من خلال: ـ ١ -تنقل للأبناء خبرات و معلومات متعددة . ٢ -تكسبهم عادات و اتجاهات و قيم قد تؤثر إيجاباً أو سلباً على سلوكهم.
المدرسة	١ -تتيح للطالب أن يتعلم (التنافس، التعاون، التسامح، التضحية، الحق) وكلها سمات تؤثر في نموه الاجتماعي والخلقي. ٢ -مجال لاكتشاف إمكانات الطالب العقلية والمعرفية والسلوكية . ٣ - وسيلة لنمو اجتماعي وانفعالي سليم.
الضغوط النفسية	يتأثر نمو الفرد بالضغوط النفسية والصدمات التي يتعرض لها فتساهم في ظهور الاضطرابات الانفعالية عليه مثل القلق و الاكتئاب.
البيئة الطبيعية (الجغرافية)	١ -أثبتت الدراسات أن نمو الأطفال يختلف باختلاف البيئة الطبيعية لكل طفل. ٢ -الطفل الذي يعيش في بيئة طبيعية تحتوي على الهواء النقي غير الملوث والطبيعة الجميلة مثل الريف أو الجبال ينمو بشكل أفضل من الطفل الذي يعيش في المدن المزدحمة الملوثة.. ٣ -أشعة الشمس لها أثرها الفعّال في سرعة النمو وخاصة الأشعة البنفسجية وفيتامين د.



أثره في النمو	العامل
١ -نمو المهارات الحركية للأطفال من مشي وقفز وجري لا يتم إلا بعد نضج العضلات والعظام للطفل فإذا تم له ذلك نبدأ بعملية التدريب حتى يسير النمو سليماً. ٢ -القدرة على التفكير المجرد لا يتم إلا بعد التحقق من نضج الدماغ بدرجة معينة يصبح معها الفرد قادرا على فهم المعاني المجردة وبعد ذلك تتم عملية التدريب والتعلم. ٣ - النضج شرط أساسي للتعلم، فالتدريب والتعلم بدون نضج لا يجدي كثيراً.	**ثالثاً: النضج والتعلم:** النضج:ينظم عمليات النمو الطبيعي التلقائي التي يشترك فيها الأفراد جميعا وينتج عنها تغيرات منتظمة في سلوك الفرد بصرف النظر عن أي تدريب أو خبرة. التعلم : يتضمن النشاط العقلي الذي يمارس فيه الفرد نوعاً من الخبرة الجديدة وما ينتج عنه من معارف ومهارات أو عادات واتجاهات أو قيم ومعايير.
١ -يؤدي اختلال إفراز الغدد الصماء من الهرمونات إلى اختلال النمو. ٢ -اضطرابات الغدد تؤدي إلى بعض الأعراض النفسية مثل إحساس الفرد بالنقص والإحباط وعدم الأمان.	**رابعاً: الهرمونات :** إفرازات الغدد الصماء في الدم مباشرة وتؤثر بشكل سريع وشامل على جميع الجسم، وتقوم بتنظيم النشاطات الداخلية للجسم مثل النمو – التغذية.



ملحق رقم (٣) أهم الغدد في جسم الإنسان وأثرها في النمو

الغدة	موقعها	أثرها على النمو
جارات الدرقية	أربع غدد مجاورة للغدة الدرقية اثتان على كل جانب	١ -تكوين العظام وتنظيم وضبط الكالسيوم في الدم. ٢ -نقص إفرازاتها يؤدي إلى انخفاض نسبة الكالسيوم في الدم مما يؤدي إلى الاندفاعات العاطفية و التهيج العصبي و الشعور بالضيق و التوتر و الخمول العقلي. ٣ -زيادة إفرازاتها يؤدي إلى زيادة نسبة الكالسيوم في الدم ونقصها في العظام يؤدي إلى لين شديد و تشوه الهيكل العظمي.
الغدة التيموسية	الجزء العلوي من التجويف الصدري	١ -تنمو في المراحل الأولى من حياة الطفل وتضمر في مرحلة المراهقة. ٢ -تهيئ الإنسان للوصول إلى مرحلة البلوغ وتمنع ظهور خصائص البلوغ قبل الأوان . ٣ -ضعف إفراز هذه الغدة يؤدي لتأخر المشي عند الطفل و تضخمها يؤدي إلى صعوبة في التنفس.
البنكرياس	خلف المعدة	١ -تفرز بعض الهرمونات من أهمها الأنسولين الذي ينظم ويحدد نسبة السكر في الدم. ٢ -نقص هرمون الأنسولين يؤدي إلى مرض السكري وزيادته يؤدي إلى هبوط مستوى السكر في الدم فيشعر الفرد بالتعب و صعوبة المشي و الإغماء.
الغدة الجنسية	منطقة الحوض	١ -تفرز عدد من الهرمونات التي تعمل على نمو الأعضاء التناسلية . ٢ -نقص إفراز هذه الغدة يؤدي تأخر نمو الخصائص الجنسية الثانوية و إلى خلل في عملية تكوين الحيوانات المنوية في الذكور واضطراب في دورة الحيض للإناث.



الغدة	موقعها	أثرها على النمو
الغدة النخامية	قاعدة الجمجمة	١ - تفرز الهرمونات الضابطة لنمو العظام و العضلات والأعصاب . ٢ -زيادة إفراز هرموناتها (قبل البلوغ). يؤدي إلى العملقة ونقصها يؤدي إلى القزامة . ٣ -زيادة إفرازها بعد البلوغ يؤدي إلى تضخم أجزاء الجسم وتشوه عظام اليد والوجه. ٤ -نقص إفرازها بعد البلوغ يؤدي للسمنة المفرطة.
الغدة الدرقية	في الجزء الأسفل الأمامي من الرقبة على جانبي القصبة الهوائية.	١ -يتأثر النمو بزيادة أو نقص إفرازاتها. ٢ -نقص إفراز الغدة في مرحلة الطفولة يؤدي لتأخر ظهور الأسنان، المشي، الكلام، وعندالكبار تساقط الشعر وزيادة الوزن والخمول. ٣ - زيادة هرموناتها يؤدي إلى الحركة الزائدة، سرعة الغضب ، قلة النوم.
الغدة الكظرية	فوق الكليتين	١ -لها دور في النمو الجنسي. ٢ -تحافظ على مستوى المعادن في الدم. ٣ -تهيئ الفرد لمواجهة المواقف الطارئة عند الخوف أو الغضب حيث تزداد ضربات القلب وتتلاحق حركات الرئتين مما يمد الف بالهواء اللازم لعملية الاحتراق وبذلك يصبح قادرا على مواجهة الموقف الطارئ.
الغدة الصنوبرية	تحت سطح المخ	١ -اختلال هرموناتها يحدث النضج الجنسي مبكرا. ٢ -نقص إفرازاتها يؤدي إلى نمو سريع للطفل لا يتناسب مع مراحل حياته. ٣ -تزيد من قدرة الجسم على إنتاج خلايا مقاومة للعدوى بالفيروسات، البكتيريا، وتساعد على تنظيم النوم، والتخلص من الأرق والإجهاد.



ملحق رقم (٤) مراحل النمو من منظور اسلامي

مرحلة	التوضيح
١ - الطفولة	ويميز القرآن الكريم في هذه المرحلة بين أربعة أطوار فرعية هي: ١. الرضاعة: ومدتها القصوى عامان، كما أوضحت الآيات الكريمة التي عرضناها فيما سبق.يقول تعالى: {وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَن يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ... } [البقرة: ٢٣٣]. ٢. الطفل غير المستأذن "غير المميز للعورة":وتمتد من الفصال "الفطام" وحتى سن الاستئذان "التمييز المبكر للعورة"، يقول الله تعالى: {أَوِ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَى عَوْرَاتِ النِّسَاءِ} [النور:٣١]. يقول القرطبي في تفسير ذلك: "أي الأطفال الذين لم يكشفوا عن عورات النساء للجماع لصغرهم." ٣. الاستئذان المقيد "التميز": وهي المرحلة التي يعقل فيها الطفل معاني الكشفة والعورة ونحوها، يقول الله تعالى: {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِيَسْتَأْذِنْكُمُ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهِيرَةِ وَمِنْ بَعْدِ صَلاةِ الْعِشَاءِ ثَلاثُ عَوْرَاتٍ لَكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوَّافُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ} [النور:٥٨].وفيها ايضاً دليل العمر الزمني من حديث الرسول عليه الصلاة والسلام: (مروا أولادكم بالصلاة وهم أبناء سبع سنين، واضربوهم عليها وهم أبناء عشر سنين، وفرقوا بينهم فيالمضاجع. أخرجه أحمد وأبو داود). ٤. الاستئذان المطلق "بلوغ الحلم": وهي مرحلة هامة تتحدد فيها مستويات قريبة من مستويات الكبار؛ حيث الاستئذان على وجه الإطلاق وليس لفترات محددة كما هو واضح من الآية السابقة، والتي يتبعها قوله تعالى: {وَإِذَا بَلَغَ الْأَطْفَالُ مِنْكُمُ الْحُلُمَ فَلْيَسْتَأْذِنُوا كَمَا اسْتَأْذَنَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ} [النور:٥٩].



مرحلة	التوضيح
٢ -الأشد	١. الرشد في إدارة الممتلكات الخاصة :يقول الله تعالى: {وَابْتَلُوا الْيَتَامَى حَتَّى إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُمْ مِنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ} [النساء:٦]. في هذه الآية الكريمة إشارة النضج الاجتماعي: فيه جمع بين القوتين، قوة البدن وهو بلوغ النكاح، وقوة المعرفة وهو إيناس الرشد، وهذا يعني أن الرشد ليست له حدود زمنية محددة يصل إليها الجميع في زمن واحد. ٢. بلوغ الأشد "اكتمال الرشد:"يقول الله تعالى: { ... ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ... } [الحج: ٥]: يذكر القرطبي في هذا الصدد أن بلوغ الأشد هو بلوغ القوة، وقد تكون في البدن، وقد تكون في المعرفة بالتجربة، ولابد من حصول الوجهين، فإن الأشد وقعت هنا مطلقة وتعني -والله أعلم - البلوغ على إطلاقه، وهو هنا البلوغ الجنسي والجسمي والعقلي وهو معنى الرشد. ٣. - بلوغ الأشد (بلوغ الأربعين): مرحلة المسؤوليات الكبرى. وهي مرحلة الاستواء والتي يبدأ الإنسان بعدها في النقصان يقول تعالى: {حَتَّى إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ"}[الاحقاف:١٥].



التوضيح	مرحلة
١ ـ مرحلة ظهور الشيب وبداية الضعف، ويظهر بعد سن الأربعين حيث تظهر علامات اكتمال النضج جميعها، قال تعالى: {ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى مِنْ قَبْلُ وَلِتَبْلُغُوا أَجَلا مُسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ}[غافر: ٦٧]. ٢ ـ الكبر والتقدم بالسن بعيداً عن الأربعين، لقوله تعالى: {وأصابه الكبر} [البقرة: ٢٦٦]. ٣ ـ العجز :بداية فقدان القدرات منها انقطاع الحيض عند النساء: لقوله تعالى: {فصكت وجهها وقالت عجوز عقيم}[الذاريات: ٢٩]. ٤ ـ مرحلة أرذل العمر، قال تعالى: { ...وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَى أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا} [الحج: ٥]. وهي مرحلة ضعف واعتماد على الآخرين كالأبناء أو الأقارب.	٣. الشيخوخة



ملحق رقم (٥) بعض القصص النبوي في مراعاة خصائص النمو

	القصة	الفوائد التربوية
التربية بالحب	١) عن سهل بن سعد ـ رضي الله عنه :أن رسول الله ـ صلى الله عليه وسلم ـ أُتِيَ بشراب فشرب منه، وعن يمينه غلام، وعن يساره أشياخ، فقال للغلام: أتأذن لي أن أعطي هؤلاء؟، فقال الغلام: لا، والله لا أوثر بنصيبي منك أحدا، قال: فتلّه (وضعه في يده) رسول الله ـ صلى الله عليه وسلم ـ رواه البخاري. ٢) عن أبي هريرة رضي الله عنه أن الأقرع بن حابس رضي الله عنه أبصر النبي صلى الله عليه وسلم يقبّل الحسن، فقال: "إن لي عشرةٌ من الولد ما قبّلت واحداً منهم"، فقال رسول الله:صلى الله عليه وسلم: (إنه من لا يَرحم، لا يُرحم) متفق عليه وفي رواية المستدرك عن عائشة رضي الله عنها: (أرأيت إن كان الله نزع الرحمة من قلبك فما ذنبي؟) ٣) عن أنس رضي الله عنه قال: كان النبي صلى الله عليه وسلم أحسن الناس خلقاً، وكان لي أخ يقال له أبو عمير، وكان إذا جاء قال:" يا أبا عمير ما فعل النغير" أخرجه البخاري.	١) الحلم والرفق مع الأطفال ٢) أهمية الإشباع العاطفي ٣) الخطاب المناسب لمرحلة الطفولة ٤) التعليم من خلال اللعب ٥) رفع تقدير الذات ٦) التعليم من خلال الدعابة . ٧) الثقة في قدرات ومواهب الطفل ٨) إطلاق الكنى والألقاب المحببة للطفل .



القصة		الفوائد التربوية
مراعاة حال المراهقة	عن أبي أُمامة الباهِلي رضي الله عنه: أن فتى شابّاً أَتى النبي صلى الله عليه وسلم فقال: يا رسولَ الله، ائذنْ لي بالزنى، فأقبلَ القومُ عليه فزَجَروهُ وقالوا: مَهْ مَهْ. فقال صلى الله عليه وسلم: ادْنُهْ، فدنا منه قريباً فجلَسَ، فقال صلى الله عليه وسلم له: «أتُحِبُّهُ لأمِّك؟» قال: لا واللّهِ يا رسول الله جَعَلني الله فِداك، قال: «ولا الناسُ يُحِبّونَهُ لأمَّهاتِهم.» قال: «أفتُحِبُّهُ لابنتك؟» قال: لا واللّهِ يا رسول الله جَعَلني الله فِداك، قال: «ولا الناسُ يُحِبّونَهُ لبَناتِهم.» قال: «أفتُحِبُّهُ لأختِك؟» قال: لا واللّهِ يا رسول الله جَعَلني الله فِداك، قال: «ولا الناسُ يُحِبّونَهُ لأخواتِهم.» قال: «أفتحبُّهُ لعمتِك؟» قال: لا واللّهِ يا رسول الله جَعَلني الله فِداك، قال: «ولا الناسُ يُحِبّونَهُ لعمّاتِهم.» قال: «أفتحبُّهُ لخالتِك؟» قال: لا واللّهِ يا رسول الله جَعَلني الله فِداك، قال: «ولا الناسُ يُحِبّونَهُ لخالاتِهم.» قال: فوَضَعَ رسولُ الله صلى الله عليه وسلم يَدَه عليه، وقال: «اللهُمَّ اغفِرْ ذنبَهُ، وطَهِّرْ قلبَهُ، وحَصِّن فَرْجَهُ». قال: فلم يَكنْ الفتى بعد ذلك يَلتفتُ إلى شيءٍ.أخرجه الإمام أحمد في مسنده.	١) الإقناع عن طريق الحوار ٢) طرح التساؤل أكثر من مرة كأسلوب لتغيير المفاهيم . ٣) تقبل الآخر مهما كان سلوكه وأفكاره . ٤) التحكم في الانفعالات في المواقف الطارئة . ٥) مراعاة الحالة النفسية للفرد. ٦) مخاطبة الضمير والجانب الإنساني لدى الفرد. ٧) أهمية الدعاء للأبناء بصوت مسموع (يسمعه الابن) ٨) الاقتراب منه .



ملحق رقم (٦) الذكاءات المتعددة

نظرية الذكاءات المتعددة: (Multiple Intelligences)

تنطلق نظرية الذكاءات المتعددة من مسلمة مفادها أن كل الأطفال يولدون ولديهم كفاءات ذهنية متعددة منها ما هو ضعيف ومنها ما هو قوي . ومن شأن التربية الفعالة أن تنمي ما لدى المتعلم من كفاءات ضعيفة وتعمل في الوقت نفسه على زيادة تنمية ما هو قوي لديه.

وتعد هذه النظرية من النظريات الحديثة التي تنظر أن لكل شخص ما يميزه عن الآخرين بنوع معين من الذكاء، وإذا استثمره حقق انجازات كبيرة في حياته العلمية والعملية .

ومفهوم الذكاء بهذه الصورة ظهر على يدّ جاردنر Gardener ١٩٨٣ فى كتابه Frames of Mind عندما قدم نظرية الذكاءات المتعدّدة والتي تُعدّ من أهم النظريات التي لقيت اهتماماً كبيراً من قبل علماء النفس والتربية فى الآونة الأخيرة.

- أهمية الذكاءات المتعددة:

١)تراعى طبيعة كل المتعلمين ، فلكل متعلم ذكاء خاص به.

٢) تساعد على تحسين النواتج التعليمية عندما نعامل كل فرد حسب ذكائه.

٣) تنطلق من اهتمامات المتعلمين وتراعى ميولهم وقدراتهم .

٤) تساعد على تنمية قدرات المتعلمين وتطويرها.



أنـواع الـذكـاءات

نوع الذكاء	تعريفه	الاهتمامات	أعمال مستقبلية مناسبة
(١) الذكاء اللغوي	هو القدرة على استخدام وتوليد الكلمات نطقا وكتابة، ومن مهاراتها الاستماع، الكتابة بكل أنواعها الأدبية والعلمية وغيرها، الإلقاء، فهم اللغة ومعانيها والإحساس بها.	• التواصل الكلامي والكتابي. • كتابة القصص. • تعلم اللغات الأجنبية. • القراءة. • يحفظون الشعر والأمثال. • يحبون النكات والتندر بها. • لديهم ثراء في المفردات التي يستخدمونها.	• كاتبا: كاتب قصص أو روايات أو كاتب مسرحي. • صحفيا. • شاعرا. • قائدا مؤثرا بحديثه. • محاميا.
(٢) الذكاء المنطقي الرياضي	وهو القدرة على حل المشكلات، والتفكير المنطقي، والتعامل مع الأرقام.	• التحليل، والحساب. • التوصل للعلاقات بين الأشياء. • حل المشكلات المنطقية. • استخدام الرموز المجردة.	• محاسبا. • مبرمجا للحاسب الآلي. • مهندسا. • قاضيا. • رياضيا، أو عالما



نوع الذكاء	تعريفه	الاهتمامات	أعمال مستقبلية مناسبة
(٣) الذكاء البصري المكاني	المهارة في الحس بالاتجاهات، والمهارة في التعامل مع العلاقات المكانية والأحجام والأشكال والألوان.	• التنظيم والعمل في الديكور. • بناء النماذج. • تنسيق الألوان. • اللعب بالألعاب المكانية البصرية. • التشكيل والنحت والتصميم. • تفكيرهم يكون على هيئة صور وتخييل. • القراءة وعمل الخرائط المعرفية. • الرسم.	• مهندسا معماريا • مهندسا للديكور • رساما • مصورا • نحاتا
(٤) الذكاء الإيقاعي	القدرة على تمييز الأصوات والتناسق الصوتي، وإنتاج الأصوات المتناسقة والتحكم في الصوت، والإيقاع المنتظم.	• الاستماع للأناشيد • تحديد الأصوات • ينشد بإتقان • يتعلم بالإيقاع	• الإنشاد. • تجويد القرآن. • كتابة الأناشيد



أنوع الذكاء	تعريفه	الاهتمامات	أعمال مستقبلية مناسبة
(٥) الذكاء الحركي	القدرة على التناسق في الحركة والسرعة والدقة فيها، سواء في حركة العضلات الكبيرة كالأرجل والأيدي، أو حركة العضلات الصغيرة كالأصابع.	• الأداء الرياضي كلعب التنس أو كرة القدم أو غيرها. • التدريبات الرياضية. • تقليد الحركات. • يتعلمون بالممارسة بأيديهم. • يستخدمون لغة الجسد بكثرة للتعبير. • الأعمال التي تحتاج إلى المهارة في العضلات الدقيقة كالرسم.	• رياضيا، يتقن لعب السلة، أو الكرة الطائرة أو كرة القدم. • جراح، يستخدم أصابعه بمهارة. • يطبع بمهارة على لوحة المفاتيح. • الرسم أو النحت.
(٦) الذكاء الشخصي	وهي القدرة على فهم الذات، وتقدير قدرات الذات، وأهدافها والتحكم في دافعيتها، والتخطيط السليم لها.	• الرجوع للذكريات. • توضيح قيمهم ومعتقداتهم. • يتحكمون في دافعيتهم. • يعرفون ويتحكمون في أمزجتهم ومشاعرهم. • يستمتعون بالتأمل والتفكير. • يحددون أهدافا واقعية لهم في الحياة. • يتقن العمل لوحده أكثر من العمل مع فريق.	• فيلسوفا، أو منظرا. • مستشارا.



أنوع الذكاء	تعريفه	الاهتمامات	أعمال مستقبلية مناسبة
(٧) الذكاء الاجتماعي	القدرة على فهم الآخرين على اختلاف شخصياتهم، و التعامل معهم، والقدرة على حل المشكلات الاجتماعية والخلافات بين الأفراد.	• الاهتمام بالآخرين. • التدريس. • التفاعل مع الآخرين. • يستطيعون المحافظة على الصداقة. • القيادة وتنظيم المجموعات. • الرغبة في مساعدة الآخرين. • يستمتع بالعمل ضمن فريق.	• قائدا ناجحا أو مديرا. • مرشدا نفسيا. • معلما ناجحا. • سياسيا ناجحا. • متخصصا في العلوم الإنسانية.
(٨) الذكاء البيئي	وهو القدرة على فهم الطبيعة والنباتات والحيوانات والتمييز بينها وتصنيفها وتحليل خصائصها	• تحليل التشابه والاختلاف. • يقدرون النباتات والزهور والأشجار ويجمعونها. • يستمتعون بالحيوانات. • يلاحظون التفاصيل. • يلاحظون الفصائل والأحجار والنجوم والسحب. • تربية الحيوانات.	• مزارعا. • عالما للحيوان، أو البيولوجيا. • عالما للفلك. • طبيبا بيطريا • متخصص في الأعشاب، أو الطب البديل. • دراسة الطبيعة والظواهر الطبيعية، المحيطات ، الجو...



ملحق رقم (٧) مواصفات المبنى المدرسي المنسجم مع خصائص النمو

البناء المدرسي

- إغلاق الأماكن والغرف غير المستخدمة .
- عدم دمج المرحلة الابتدائية مع المراحل الأخرى كالمتوسطة والثانوية في مبنى واحد.
- توفير أماكن انتظار للطلبة أمام المدخل الرئيسي للمدرسة لحين مجيء أولياء الأمور حتى لا يتعرضوا لأي أذى.
- ضرورة إيجاد مخارج طوارئ تتناسب مع خصائص المرحلة العمرية للطلبة
- تجنب وضع كاميرات لمراقبة سلوك الطلاب مما قد يحدث نتيجة عكسية على سلوكهم بدلا من تحسينه.
- أن تكون دورات المياه قريبة من الفصول الدراسية للمرحلة الابتدائية .
- أن تكون مغاسل دورات المياه على ارتفاع مناسب للطلبة (المرحلة الابتدائية منخفضة أكثر من المراحل الأخرى).
- أن يكون ارتفاع مقابض أبواب دورات المياه مناسبة لمستوى طول الطلبة حتى لا يصعب عليهم استخدامها.
- التأكد من عدم وجود أي كسور أو تصدع في زجاج النوافذ للفصول ودورات المياه.
- يفضل أن يكون فصول الصفوف الأولية من المرحلة الابتدائية في الدور الأرضي نظرا لصغر سنهم.



غرفة الفصل

- مراعاة أن تكون الإضاءة في الفصل مثبتة في السقف وليس على الجدران الأمامية حتى لا تؤثر في مدى رؤية الطلبة.
- ينبغي أن تكون ألوان الفصول ذات اللون الفاتح والابتعاد - قدر الإمكان - عن الألوان الداكنة أو الصارخة وكذلك أن تكون الألوان مناسبة لجنس الطلبة (البنين مختلفة عن البنات).

المقصف المدرسي

- زيادة عدد نوافذ المقصف المدرسي للتقليل من الزحام بما يتناسب مع أعداد طلبة المدرسة .
- أن تكون نوافذ المقصف على مستوى ارتفاع مناسب للطلبة (مثلاً أن تكون نوافذ مقصف المرحلة الابتدائية منخفض أكثر من المراحل الأخرى)

الساحات والملاعب

- توفير ملاعب رياضية على ارض مستوية خالية من الحفر حتى لا تعوق حركة الطلبة أثناء اللعب.
- تظليل الملاعب والفناء الخارجي حتى لا يكون هناك ما يعيق انطلاقهم كحرارة الشمس.
- توفير فناء واسع يتيح للطالب حرية الانطلاق واللعب .
- تقليص عدد الأعمدة في الساحة الخارجية تجنباً لأي ضرر قد يحدث عند الاصطدام بها وفي حال وجود هذه الأعمدة فيجب تغطيتها بمادة بلاستيكية عازلة جداً.



ملحق رقم (٨) الموشن جرافيك والإنفوجرافيك

تم اختيار مجموعة متنوعة من الانفوجرافيك والأفلام القصيرة للاستعانة بها في التوعية وتوجيهها للفئة المستهدفة حسب الجدول أدناه .

م	الموضوع	الفئة المستهدفة	التقنية المستخدمة
١	**أخطار التقنية**	للطلبة	موشن جرافيك
٢	**عادات غذائية خاطئة**	للطلبة	انفوجرافيك
٣	**مظاهر النمو الجسمي**	للمعلمين وأولياء الأمور	انفوجرافيك
٤	**احتياجات المراهق**	للمعلمين وأولياء الأمور	موشن جرافيك
٥	**الأسلوب التأديبي الذكي**	للمعلمين وأولياء الأمور	موشن جرافيك
٦	**الأسلوب التأديبي الذكي**	للمعلمين وأولياء الأمور	انفوجرافيك
٧	**ابرز العادات الصحية لسلامتنا**	للطلبة	انفوجرافيك
٨	**وجبة الإفطار**	للطلبة	انفوجرافيك



	الموضوع	الفئة المستهدفة	التقنية المستخدمة
٩	**فوائد النوم المبكر**	للطلبة	انفوجرافيك
١٠	**الذكاءات المتعددة**	المعلمين / أولياء الأمور	موشن جرافيك
١١	**خصائص النمو والتعامل معها**	المعلمين / أولياء الأمور	موشن جرافيك
١٢	**التغيرات الجسمية للمراهقين**	المعلمين / أولياء الأمور	موشن جرافيك





المملكة العربية السعودية وزارة التعليم
Ministry of Education
هل
وجبة الإفطار
مهمة لسلامتنا
إن وجبة الإفطار مهمة جدا لصحة أجسامنا لذلك علينا تناول الفطور قبل القدوم إلى المدرسة لأن ذلك يقوي عضلاتنا وينشط ذاكرتنا وأجسامنا
التنوع في وجبة الإفطار وعدم الثبات على نوع واحد من الأطعمة(حبوب - بيض - حليب - فواكه - دجاج - خضراوات) وغيرها من المواد الأساسية في بناء بنية قوية وصحية لأجسامنا لان هذه الأغذية غنية بالفيتامينات والمعادن
الإخبار عن إفطاري المفضل
الذين يتناولون و جبة الإفطار قبل القدوم إلى المدرسة يحصلون على علامات أفضل
يساعد الإفطار في المحافظة على وزننا وعدم اصابتنا بالسمنة
عند تناولنا لوجبة الإفطار تقل اصابتنا بالأمراض لأن الجسم يصبح أقوى
يساعدنا تناول وجبة الإفطار على عدم الإحساس بالجوع خلال الحصة الدرسية وبالتالي الزيادة في التركيز
وجبة الإفطار



المملكة العربية السعودية وزارة التعليم
Ministry of Education
ما فوائد
النوم
المبكر
أثبتت الدراسات في جامعة هامبورغ أن للنوم المبكر الكثير من الفوائد لجسم الأنسان منذ ولادته
منها
يحسُن قُدرة الناس على الاستيعاب
يقلل من الشعور بالتوتر النفسي والانزعاج، وهو يحُسِّن المزاج
يمنح القلب والأوعية الدموية الراحة
يؤثر على إطلاق الهرمونات الجنسية التي تساعد على البلوغ وتزيد الخصوبة
يمكن الجسم من ترميم الخلايا والأنسجة
الراحة البدنية
يُساعد على زيادة المناعة
الحفاظ على توازن الجسم ووزنه
الوقاية من الإصابة بالسكَر
الهدوء النفسي
زيادة مستوى الذكاء
زيادة مستوى القدرات الذهنيَة
زيادة القدرات الإدراكية
يختلف متوسط احتياجنا للنوم مع اختلاف أعمارنا، فاحتياجنا للنوم يقل كلما تقدمنا في العمر.
الطفل المولود حديثاً الذي ينام طوال اليوم تقريباً
ثم تقل عدد ساعات نومه تدريجياً حتى تصل إلى ١٢-١٤ ساعة تقريباً عند سن تعلم المشي،
ثم تقل إلى ٨ ساعات تقريباً بعد سن البلوغ.





عادات غذائية خاطئة
الاحتياجات الغذائية للمراهقين تفوق ما يحتاجه البالغين نظرا لما يمرون به من فترة نمو وبناء جسمي. ولكن قد يمارس المراهقين بعض العادات الخاطئة لأسباب مختلفة
عدم تناول وجبة الفطور
يمتنع المراهق عادة عن تناول وجبة الفطور بسبب ضيق الوقت في الصباح أثناء دوام المدرسة أو بسبب النوم لوقت متأخر أثناء العطل. وتعتبر وجبة الإفطار وجبة رئيسية هامة للمراهقين, ولها دور كبير في تنظيم الوجبات الأخرى
الوجبات السريعة
الوجبات السريعة بأنواعها تجذب المراهقين وتحتل عادة مكانا هاما في برنامجهم الغذائي. وأنها تحتوي على كميات عالية من الدهون والملح, وفي المقابل على كميات قليلة من الخضروات, ينصح بتجنبها قدر الإمكان.
المشروبات الغازية والعصائر
تشكل المشروبات الغازية خطرا كبيرا على عظام المراهقين بسبب احتوائها على كمية من الفوسفور التي تؤثر سلبا في امتصاص الكالسيوم في العظام أما العصائر الغير طبيعية وتحتوي على مواد ملونة فهي خالية من الألياف الغذائية وتحتوي على كمية عالية من سكر الفركتوز المرتبط بالسمنة في منطقة البطن وارتفاع مستوى الكولسترول السيء.
@Assim_12
Aglow



المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم
الإدارة العامة للتوجيه
والإرشاد (بنين - بنات)
وزارة التعليم
Ministry of Education
العادات الصحية السليمة
النوم المبكر ولساعات كافية ينشط ذاكرتنا ويقوي تركيزنا ويساعدنا على التفوق
الجلوس الصحي أمام الحاسوب وإبقاء الشاشة بعيدة بمسافة كافية عن الوجه وأن لا يتعدى جلوسنا أمامه 30 دقيقة
عدم الجلوس أمام التلفاز والألعاب الإلكترونية لمدة طويلة لأن ذلك يؤذي دماغنا ويؤدي إلى عدم التركيز والنسيان
لسلامة ظهورنا وعظامنا نحمل في حقيبتنا مايلزمنا فقط من الكتب ويكون وزنها مقبولا وحملها بشكل صحيح.
غسل اليدين جيدا قبل تناول الطعام وبعده وتغطية الفم عند العطاس وعدم تبادل الأشياء الخاصة مع الأخرين
شرب المياه النظيفة و العصائر الطبيعية والابتعاد عن المشروبات الغازية لأنها تؤذي عظامنا والسكريات الموجودة فيها تؤدي إلى تسوس أسناننا
تنظيف أسناننا بالفرشاة الخاصة والمعجون في الصباح والمساء كي نحافظ على سلامة أسناننا
تناول غذاءنا بشكل جيد وصحي خصوصا ما أعده الوالدين لنا وتناول الفاكهة والخضراوات لتقوية أجسامنا وعضلاتنا
أن تكون الإضاءة جيدة عند القراءة وأن نبعد الكتاب عن أعيننا حتى لا يتضرر نظرنا و الجلوس بشكل صحيح أثناء القراءة لأن ذلك ينشط قدرتنا على التركيز وغسل العينين با لماء البارد لتنشيطها





ماهو الأسلوب التأديبي الذكي
الإدارة العامة للتوجيه والإرشاد
بنين / بنات
عزيزي الأب...
عزيزتي الأم...
إن الإسلام تدرج في التأديب من الوعظ إلى الهجر إلى الضرب غير المبرح، فلا يجوز للمربي أن يلجأ إلى الأشد إذا كان ينفع الأخف وهذا غاية ما يسعى إليه الإسلام في تأديب الأولاد، وتربيتهم، وإصلاح نفوسهم.
أسلوب الاختيار بالعقوبة
أن نطلب من الطفل الجلوس وحده فيفكر في ثلاث عقوبات يقترحها علينا
1
وفي حالة اختيار ثلاثة عقوبات لا تناسب الوالدين نطلب منه اقتراح ثلاث عقوبات غيرها
2
في هذه الحالة جعلنا المعركة بين الطفل والخطأ، وليس بينه وبين الوالدين فنكون قد حافظنا على رابطة المحبة الوالدية وعلى انسانيته فلم نحقره أو نهينه
3
علينا أن نفرق بين التأديب والتعذيب



وزارة التعليم
Ministry of Education
المملكة العربية السعودية
النمو
مظاهر النمو الجسمي ... وينظر إليها من جانبين:
النمو الفسيولوجي
وهي تلك العمليات النمائية الداخلية التي لا تخضع للملاحظة البصرية وتتمثل في :
نمو المعدة : حيث يتسع حجمها وتزداد قدرتها على الهضم فيجد المراهق \ المراهقة رغبة شديدة في تناول كميات أكبر من الطعام .
نمو القلب : ينمو القلب ويتسع حجمه فيمد الجسم بطاقة كبيرة وينعكس ذلك على ضغط الدم ويرتفع .
الغدد الجنسية : ويكون لنموها التأثير المباشر على العمليات الوظيفية المتصلة بالنضج الجنسي .
الغدة النخامية : وتسمى بالغدة الملكة لأنها تملك القدرة على التأثير على بقية الغدد والتي منها :
• توزيع الأملاح .
• إعطاء صفات الجنس الثانوية .
• تنظيم شحنة الجنس .
الغدد الصماء : هناك تغيرات فسيولوجية سريعة في هذه المرحلة تؤدي إلى خلل في عمل الغدد الصماء وتوازنها فيحدث ما يسمى بالاضطراب المزاجي ، خاصة عندما يكون النمو الجسمي أسرع من النمو العقلي أو عندما يكون النمو غير طبيعي . هذا الخلل يحتاج إلى ملاحظة وعلاج طبي .
الغدة الدرقية : تزداد إفرازاتها مع بداية المراهقة ، وتعود لحالتها الطبيعية بنهاية الفترة .
النمو العضوي
• هذا النمو في غالبيته ظاهري يمكن ملاحظته ويسير باتجاه طولي ومستعرض .
• فتنمو الأجزاء العليا من الجسم قبل الأجزاء السفلى .
• ينمو الجهاز العظمي قبل الجهاز العضلي بمقدار سنة .
• لهذا السبب نجد المراهقين \ المراهقات دائماً يشعرون بالتعب والإرهاق وذلك لتوتر العضلات في انكماشها مع النمو العظمي السريع ، كما أننا نجدهم يتعثرون في مشيتهم .
• تزداد الحواس دقة ورهافة كحاسة اللمس والذوق والسمع ...
سمات المراهقين \ المراهقات في هذه الخاصية :
• ظهور البثور وحب الشباب .
• الأنيميا التي تسبب نقص الطاقة .
• التراخي وعدم الرغبة في العمل .
• آلام المعدة عند البنات .
• العصبية ، القلق ، الصداع .
• قد يكون المرض حيلة دفاعية للهروب من المسئوليات .
• يقل بدرجة كبيرة التوافق العائلي والمدرسي .



المراجع

القرآن الكريم.

ابوسعد، مصطفى (١٤٣٤). **المراهقون المزعجون**. الكويت: شركة الإبداع الفكري للنشر.

إديلفابر؛ وإلينمازليش (١٤٣٣). **كيف تتحدث فيصغي المراهقون إليك و تصغي إليهم عندما يتحدثون.**الرياض: العبيكان للنشر.

اسماعيل، محمد (١٩٩٠). **الأطفال مرآة المجتمع**. ط ٢. الكويت: سلسلة عالم المعرفة.

إسماعيل، محمد خليفة (١٤٣٦). **مهارات الحياة للمراهقين**. الرياض: قرطبة للنشر والتوزيع.

البدر، عبد المحسن بن حمد (١٤٠٢). **صحيح مسلم**، **مطبعة الجامعة الإسلامية.**

البغوي، الحسين بن مسعود (١٤٢٤). **تفسير القران الكريم**. ط ١. دمشق: دار طيبة.

تشاندلر، ستيفن .(٢٠٠٧). **مائة طريقة لتحفيز نفسك**. مكتبة جرير.

جبل، فوزي محمد (٢٠٠٠).**الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية**. اسكندرية: المكتبةالجامعية.

الحاج، تاج السروأخرس، نائل عبدالرحمن (١٤٢٦). **علم نفس النمو**، ط١ . مكتبة الرشد.

الدمشقي، اسماعيل القرشي (١٤٢٢). **تفسير القران الكريم ابن كثير**، ط ٣. دمشق، دارطيبة.

الزعبي، احمد محمد (٢٠١٣). **علم نفس النمو الطفولة والمراهقة**، ط١. مطابع زهران.

زهران، حامد عبد السلام (١٩٧٧). **علم النفس الاجتماعي**. القاهرة: عالم الكتب.

زهران، حامد عبد السلام (١٩٨٦). **علم نفس النمو**. القاهرة: عالم الكتب.

زهران، حامد عبدالسلام (٢٠٠٥). **علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة)**، ط٦. القاهرة: عالم الكتب.

زهران، حامد عبدالسلام (٢٠١٤). **الصحة النفسية والعلاج النفسي**. القاهرة: عالم الكتب.

زيدان، محمد مصطفى (١٩٧٩). **النمو النفسي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية**. جده:دار الشروق.



السعدي، عبد الرحمن بن ناصر(١٤٢٠). **تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان.** ط٢.دار السلام.

السيد، فؤاد البهي (١٤١٨). **الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة**. القاهرة: دار الفكر العربي.

السيد،محمد والزعبلاوي، محمد (١٤٣٦). **تربية المراهقين بين الإسلام وعلم النفس**.الرياض: مكتبة التوبة.

الشامي، حمدان.(١٤٢٨).**أثر برنامج تعليمي قائم على نظرية الذكاءات المتعددة في تحصيل الرياضيات لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي المنخفضين تحصيلياً**.رسالة دكتوراة، كلية التربية، القاهرة: جامعة الأزهر.

الشخص، عبدالعزيز والسرطاوي، زيد (٢٠١١). **الاضطرابات السلوكية الاتجاه التكاملي في تربية المراهقين** . القاهرة: الناشر الدولي.

الشيباني،أحمد بن حنبل (١٤٠٠). **مسند الأمام أحمد**. مصر: دار طباعة الهدى.

شيروناو، فريد (٢٠١٣). **المحرر كيف تنمي ذكائك وتقوي ذاكرتك**. الرياض: مكتبة جرير.

شيف، شفر شارلز ومليمان هوارد (١٩٨٩). **مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها**.عمان: الجامعة الأردنية.

صالح، أبو جادو (٢٠١١). **علم النفس التطوري ـ الطفولة والمراهقة**. عمان: دار المسيرة.

عاشور، راتب ومقدادي،محمد(٢٠٠٥).**المهارات القرائية والكتابية طرق تدريسها واستراتيجياتها**. عمان: دارالمسيرة.

عبدالكريم، صالح(٢٠١٤). **فنون التعامل مع المراهقين (من ١٢ : ٢١ سنة)**. القاهرة:دارالراية للتوزيع والنشر.

عبيدات، ذوقان وأبو السميد، سهيلة (٢٠٠٧). **استراتيجيات التدريس في القرن الحادي والعشرين**، عمان: دار الفكر.

العسقلاني، أحمد (١٣٠٠). **فتح الباري بشرح صحيح البخاري**، ط ١. القاهرة، دار: الريان للتراث.

عقل، محمود عطا (١٤١٩). **النمو الإنساني الطفولة والمراهقة** . الرياض: دار الخريجي للنشر والتوزيع.

عويضة، كامل محمد (١٤١٦). **علم نفس النمو**. عالم الكتب.

قزاقزة، أحمد محمد (١٤٢٩). **علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة).**ط١. الرياض: دار النشر الدولي.



كو، أدم؛ ولي، جاري (٢٠١٣). **أسرار المراهقين الناجحين**. الرياض: مكتبة جرير.

لجنة التعريب والترجمة (٢٠٠٧).**أنواع الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال والمراهقين**.العين: دارالكتاب الجامعي.

لفين، مل (٢٠٠٤). **لكل عقل موهبة**. لبنان: الحوار الثقافي.

ليتل، ايزابيلا (٢٠١٠). **حديثي مع ابني**. مصر: دارالفاروق للاستثمارات الثقافية.

محمود، ابراهيم وجيه (١٩٨١). **المراهقة خصائصها ومشكلاتها**. دارالمعارف.

مختار، وفيق (٢٠٠٥). **سيكولوجية الطفولة**. ط٧. القاهرة:دار غريب.

المطلق، صالح (٢٠٠١). **الرفق في التعامل مع المتعلمين من منظور التربية الإسلامية.** ط٢. العراق: دار الهلال.

المعافري، محمد بن عبد الله (١٤٢٨هـ). **المسالك في شرح موطأ مالك**. ط١. دار الغرب الإسلامي.

المغازي، إبراهيم (٢٠١٥). **علم النفس الحياتي**. ط١. عالم الكتب.

المفدى، عمر(١٤٢٧). **علم نفس المراحل العمرية (النمو من الحمل إلى الشيخوخة والهرم).** ط٣. الرياض: مطبعة دار طيبة.

منصور، محمد جميل .(١٤٠٤هـ). **قراءات في مشكلات الطفولة**. جدة: مكتبة تهامة.

منصور، محمد جميل وفاروق، عبدالسلام (١٤١٠). **النمو من الطفولة إلى المراهقة**.سلسلة الكتاب الجامعي.جدة: تهامة.

نجاتي، محمد عثمان (١٩٩٣).**الدراسات النفسية عند العلماء المسلمين**. القاهرة: دارالشروق.

النحلاوي، عبدالرحمن (١٩٧٩). **أصول التربية الإسلامية وأساليبها**. ط ١. دمشق: دارالفكر.

النيسابوري، محمد بن عبد الله الحاكم (١٤٣٢). **المستدرك على الصحيحين**. دار الفؤاد.

هبه، مؤيد محمد (٢٠١٣). دراسة نفسية قلق المستقبل عند الشباب . **مجلة البحوث التربوية والنفسية**.

هدلة. سناء حسن (٢٠١٠). **تربية الطفل وأساليبها في التشريع الإسلامي**. ط١. دمشق: دارالفكر.

الهنداوي، علي فالح (٢٠٠٧). **علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة).** مصر: دار الكتاب الجامعي.

ينغ، جوني (١٤٢٧). **١٠٠ فكرة لإدارة سلوك الطلاب والطالبات. الرياض**: مكتبة العبيكان.

